ہمدرد یونانی دواخانہ دہلی

کا

ماہوار طبی رسالہ

ہمدرد صحت

دہلی

پروپرائٹر

حافظ نور محمد دہلوی

تندرستی بچوں کا پیدائشی حق ہے!

ہماری کمزور اولاد سے قوم کو جسقدر غیر معمولی نقصان پہنچ رہا ہے وہ اظہر من الشمس ہے

اس لئے ہمدم یونانی دواخانہ دہلی کی تیار کردہ

"بالکونا" (رجسٹرڈ)

استعمال کرایئے اور اپنے بچوں کی خوشی اور تندرستی حاصل کیجئے دنیائے طب میں اس سے
بہتر غذا اور دوا بچوں کے لئے دستیاب نہیں ہو سکتی۔ اس سے بچے طاقتور اور مضبوط ہوتے
ہیں بچوں کی نشو و نما میں نمایاں ترقی ہوتی ہے دانت آسانی سے نکل آتے ہیں بیماریوں کے
مقابلہ کی بچوں میں طاقت پیدا ہوتی ہے۔ ہمارا دعوی ہے کہ بچوں کے لئے اس سے بہتر دوا
اور غذا ہندوستان بھر میں دستیاب نہیں ہو سکتی۔ "بالکونا" بچوں کی صحت کا بیمہ ہے، اس کے
استعمال سے بچے ہر ایک بیماری سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ "بالکونا" کی ایجاد کا مقصد صرف یہ ہے کہ
پرانے زمانے کی بدمزہ اور ناخوش گوار دوائیوں سے بچوں کو بچایا جائے اور اس قسم کی دوائیں
تیار کی جائیں جو صحت کے لئے ہر صورت سے مفید ہوں۔ اگرچہ گھٹی کے فوائد یقیناً بچوں کے لئے نفع
رساں ہیں مگر ان کا طریقہ استعمال بے انتہا غلط ہوتا ہے تیاری میں نہایت بے احتیاطی برتی
جاتی ہے جس سے بجائے نفع کے بعض اوقات نقصان پیدا ہوتا ہے ان مجبوریوں کو دور
کرنے کے لئے ہمدم یونانی دواخانہ دہلی نے تمام طبی ذرائع سے امداد حاصل کرنے کے بعد یہ شہرۂ
آفاق دوا تیار کی ہے جس سے بچوں کی تمام خرابیوں اور بیماریوں کا علاج ہو سکتا ہے + یہ د
نہایت آسانی سے تیار ہو جاتی ہے نیم گرم پانی میں چائے کا نصف چمچہ ملا کر دن میں تین مر
بچوں کو استعمال کرانا چاہیئے اس کے استعمال کے بعد گھٹی کی ضرورت باقی نہیں رہے گی + بچ
کی عمر کے لحاظ سے دوا کی مقدار میں کمی بیشی ہوتی رہے گی پہلے ہفتہ میں تھوڑے سے پانی کے ہمراہ
چائے کا آدھا چمچہ گھٹی کی طرح پلایا جائے تیسرے ہفتہ سے دوا کا پورا چمچہ پلانا چاہیئے تیسرے مہی
میں ۱ چمچے کا استعمال رہنا چاہیئے۔ اس کے بعد دو برس تک ہر آٹھویں دن یا ضرورت کے وقت
چمچے کے دو چمچے پلا دینے سے ہر قسم کی خرابی قبض وغیرہ کا سدباب ہوتا رہتا ہے جس سے آپ
بچے کی صحت غیر معمولی طور پر اچھی رہے گی اور اس طرح آپ ہزار ہا پریشانیوں سے محفوظ
رہیں گے + قیمت فی شیشی (جو بہت دنوں تک کام دے گی) صرف آٹھ آنے (۸) +

۷۸۶

کہہ رہا ہے جوش دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

جلد ۹ | بابت ماہ جولائی سنہ ۱۹۴۳ء | نمبر (۱)

فہرست مضامین

شمارہ	عنوان مضمون	صفحہ
۱	ڈاکٹروں کے تجربات کی قربان گاہ	۲
۲	جنسی تعلق کا مدعا	۹
۳	حسن جاوید .. (ادبی افسانہ)	۱۳
۴	چند بوٹیوں کے فوائد	۱۶
۵	عورتوں کی پوشیدہ بیماریاں اور ان سے محفوظ رہنے کے طریقے	۲۰
۶	غریبوں کے لئے آسان نسخے	۳۲
۷	ہیضہ کا یونانی علاج	۳۴
۸	ریگ ماہی یا ریت کی مچھلی	۴۱
۹	مجربات	۴۹
۱۰	ہندوستانی غذائیں	۵۴

ڈاکٹروں کے تجربات کی قربانگاہ

(روس کے نامور انشاپرداز ڈاکٹر دی ویریسیف کے قلم سے)

یورپ کے مایہ ناز سرجن ملبرد تھ کو اس کے ایک شاگرد نے خط لکھا کہ میرے پاس دس گیارہ سال کی عمر کا ایک لڑکا علاج کے لئے آیا اس کے دائیں گھٹنے میں برائے نام ورم اور کسی قدر درد تھا پیر سیدھا نہیں ہوتا تھا۔ پہلے مجھے شبہ ہوا کہ لڑکے پر کہیں ہڈیوں کی دق کا حملہ نہ ہوگیا ہو لیکن چونکہ دق کی کوئی ظاہری علامت نہ تھی اس لئے بطور آزمائش بچے کو میز پر لٹا کر اس کے پیر کو جھٹکا دے کر سیدھا کیا بچے کے منہ سے دردناک چیخ نکلی اور بیہوش ہوگیا۔ اس کے پیر کی ہڈی ٹوٹ گئی تھی اور دوسرے دن وہ مرگیا مجھے بعد میں معلوم ہوا کہ لڑکے کے گھٹنے میں سارکوما تھا جس کی وجہ سے ہڈی اندر ہی اندر گل گئی تھی اور اس میں معمولی جھٹکا برداشت کرنے کی بھی قوت نہ تھی۔ افسوس ہے کہ میری غلطی سے ایک غریب لڑکے کی جان گئی۔

پروفیسر ملبرد تھ نے اس خط کا حسب ذیل جواب دیا۔ "ان چھوٹی چھوٹی باتوں کی کبھی پروا نہ کرو ہماری کامیابی کا پرچم لاشوں کے پہاڑ پر لہراتا ہے۔"

اس واقعہ کو ساٹھ ستر سال کی مدت گذر گئی لیکن اگر غور سے دیکھا جائے تو معلوم ہوگا کہ یورپ میں علم طب کی ترقی کا پرچم آج بھی لاشوں کے پہاڑ پر لہراتا ہے تحقیقات وانکشافات کا دروازہ کھلا ہوا ہے۔ آج ایک طریقہ علاج دریافت ہوتا ہے چند روز کے بعد اس کی تردید ہوتی ہے۔ ماہران طب آپریشن سے نت نئے طریقے دریافت کرتے ہیں۔ نئی نئی دوائیں ایجاد کرتے ہیں اور ان کی آزمائش کے لئے بے گناہ انسانوں کو تختۂ مشق بناتے ہیں ہمارے ڈاکٹر تجربہ حاصل کرتے ہیں لیکن انسانوں کی زندگی سے کھیل کر۔

۱۸۸۵ء میں حکومت جرمنی نے حیوانوں پر مظالم کے انسداد کا قانون بنایا لیکن اس سال پروفیسر لئے البس ہماد برنے جرمنی میں علم طب کی ترقی کے لئے حسب ذیل رپورٹ حکومت کی خدمت میں پیش کی:-

"جرمنی کے میڈیکل کالجوں کو بام ترقی تک پہونچانے کے لئے اس بات
کی ضرورت ہے کہ طالب علموں کو لاشوں کے بجائے زندہ انسانوں پر
چیر پھاڑ کی مشق کرائی جائے۔ اس میں کوئی شک نہیں ہے کہ ناواقف طلبا
کے ہاتھوں آپریشن کے مریضوں کو سخت تکلیف ہوگی لیکن طلبا کی
معلومات میں حیرت انگیز اضافہ ہو جائے گا"

اس مثال سے اندازہ کیجئے کہ اپنے تجربات کے سامنے ہمارے ڈاکٹروں کی نگاہ میں انسانی زندگی کی کیا قدر و قیمت ہے؟

جب ڈاکٹر کاسٹ نے خواب آور دوا کی حیثیت سے سلفنول کو دریافت کیا تو بعض ڈاکٹروں نے تجویز کیا کہ پہلے جانوروں پر اس دوا کی آزمائش کرنی چاہئے۔ فرانس کے مشہور ماہر طب ایم پیاں کو جب اپنے معاصرین کے اس فیصلہ کی اطلاع ہوئی تو اس نے بے ساختہ کہا "جانوروں پر کسی دوا کی آزمائش سے اگر کچھ فائدہ پہونچ سکتا ہے تو علم بیطاری کو۔ میڈیکل سائنس کی ترقی صرف اس صورت میں ممکن ہے کہ سلفنول کی آزمائش انسانوں پر کی جائے۔"

چنانچہ سب سے پہلے ڈاکٹر شمی نے اپنے ایک بوڑھے مریض پر جو تصلب شریانی میں مبتلا تھا اس دوا کی آزمائش کا فیصلہ کرلیا اور اس نے مریض کو ۲ گرام سلفنول کھلا دی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اس کی رات انتہائی کرب و اضطراب میں کٹی۔ تھوڑی دیر بعد دم گھٹنے کے دورے پڑنے لگے۔ سپیدۂ سحری نمودار ہونے سے پہلے اسے سلفنول کے اثر سے نیند آئی ضرور۔ مگر ایسی نیند کہ وہ قیامت سے پہلے بیدار نہیں ہو سکتا۔

افسوس ہے کہ اس افسوسناک واقعہ کے بعد بھی دنیا متنبہ نہ ہوئی اور انسانوں پر سلفنول کا ہلاکت آفریں تجربہ برابر جاری رہا۔ پروفیسر بائن کی مرتب کردہ رپورٹ کے مطابق پیرس میں ایک مہینہ کے اندر ۱۶ مریض سلفنول کے زہر سے ہلاک ہوئے ان بدنصیبوں کو موت کے گھاٹ اتار دینے کے بعد انسانی زندگی سے کھیلنے والے ماہران طب اس نتیجہ پر پہونچے کہ سلفنول صرف مالیخولیائے مزمن اور قلت دم (انیمیا) کی شدید ترین حالت میں استعمال کی جاسکتی ہے اور اس صورت میں بھی احتیاط کی بہت ضرورت ہے۔

پروفیسر مہرنگ نے جانوروں پر نیٹل کے تجربات کے بعد اعلان کیا کہ یہ بے ہوش اور بے حس کرنے کے لئے بہترین دوا ہے۔ ڈاکٹر ہولینڈر نے اپنے مریضوں پر اس کی آزمائش شروع کی اور تین مہینوں کے بعد انہوں نے ستمبر ۱۸۹۲ء میں ہالے کی مشہور میڈیکل کانگریس کے موقع پر اعلان کیا کہ چھوٹے آپریشنوں کے لئے نیٹل سے بہتر کوئی بے ہوش کرنے والی دوا نہیں اور اس میں سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ مریض اس کے اثر مابعد سے محفوظ رہتا ہے۔

اس واقعہ کو بھی دو ماہ گذر گئے اس کے بعد ڈاکٹر ہیگر نے اعلان کیا کہ اس نے اپنے قوی الجثہ مریض کو آپریشن کے وقت نیٹل استعمال کرائی تھی اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ وہ لیانوسس میں مبتلا ہو گیا اور آخر میں اس کا سانس گھٹنے لگا بہت مشکل سے سانس کو دوبارہ جاری کر کے اس کی جان بچائی جاسکی "

چند روز بعد اطلاع ملی کہ اولمونز میں نیٹل سونگھتے وقت ایک جوان عورت کی جان گئی اسی زمانے میں "برٹش جنرل آف ڈنٹسٹری" میں حسب ذیل اطلاع شائع ہوئی:۔

ستیس سال کی ایک جوان عورت دانتوں کے درد کی شکایت میں مبتلا تھی۔ وہ اپنی ڈاڑھ اکھڑوانے کے لئے لندن کے ایک مشہور ماہر امراض دنداں کی دوکان پہنچی۔ اس نے اسے نیٹل کی دس بوندیں سونگھنے کے لئے دیں۔ دوا سونگھتے ہی سونگھتے وہ خاتون مر گئی !!

چند روز بعد ڈاکٹر سک کی جانب سے یہ اعلان شائع ہوا کہ نیٹل کے سونگھنے سے یہ بے دو مریض مر گئے اور ان میں ایک مریض اچھا خاصہ مضبوط تھا۔ ان تمام حقائق کے باوجود ہمارے ڈاکٹروں نے نیٹل کی آزمائش کا سلسلہ برابر جاری رکھا یہاں تک کہ جرمن سرجنوں کی کانگریس میں پروفیسر گرلٹ نے جرمنی، فرانس، آسٹریا اور برطانیہ کے اعداد و شمار مرتب کرکے یہ اعلان کیا۔ کہ ایتھر، لافنگ گیس اور کلوروفارم وغیرہ کے استعمال سے ایک ہزار میں ایک شخص مرجاتا ہے لیکن نیٹل کے استعمال سے ڈیڑھ سو کیسوں میں ایک موت ہوتی ہے۔ یہ اعداد و شمار اس قدر عبرت انگیز تھے کہ حکومت جرمنی نے نیٹل کا استعمال ممنوع قرار دے دیا۔ اس کی تقلید دوسرے یوروپین ملکوں نے بھی کی۔ اس طرح اس دوا نے جس تیزی سے فروغ حاصل کیا تھا اسی تیزی سے ناپید ہوگئی

جرمنی کے مشہور ماہر طب پروفیسر کاخ جس نے جراثیم دق کا انکشاف کیا تھا نے سل و دق کے مریضوں کے لئے جب ٹیوبرکلین کا انجکشن دریافت کیا تو دنیائے طب میں ہل چل برپا ہوگئی نہایت آزادی کے ساتھ انسانوں پر اس کی آزمائش ہونے لگی اور کئی ہزار مریضوں کے انجکشن لگا دیئے گئے لیکن چند مہینے بعد ہی ردِ عمل کی افسوس ناک مثالیں دنیا کے سامنے آنے لگیں اور ایک سال کے اندر یورپ کے تمام ڈاکٹروں نے متفقہ طور پر تسلیم کرلیا کہ ٹیوبرکلین سے سوائے مضرت کے کسی فائدے کی امید رکھنا ہی خیال خام ہے اور ہزاروں مریض ان جن کی جانیں کسی دوسرے طریقہ علاج سے بچائی جاسکتی تھیں محض ٹیوبرکلین کے انجکشن سے ہلاک ہوئے۔ کاش! ہمارے ڈاکٹروں نے ڈاکٹر کاخ کی دریافت کردہ ٹیوبرکلین کی آزمائش کے لئے انسانوں کو تختۂ مشق نہ بنایا ہوتا۔

سنہ ۱۸۹۰ء میں بخارسٹ (پایۂ تخت رومانیہ) کے مشہور ڈاکٹر پروفیسر پیٹرسکو کو "الہام" ہوا کہ کروپس نمونیا کا بہترین علاج یہ ہے کہ ڈیجی ٹیلس معمولی خوراک سے دس گنی سے چودہ گنی مقدار میں مریض کو استعمال کرائی جائے۔ آپ نے اکاڈیمی آف میڈیسن پیرس میں ایک مقالہ پڑھا جس میں ارشاد فرمایا تھا۔ میں کئی سال کے مسلسل تجربات کے بعد اس نتیجہ پر پہونچا ہوں کہ ڈیجی ٹیلس کے استعمال سے شرح موت ۲۰۔۳۰ فی صدی سے صرف تین فی صدی رہ جاتی ہے اس سے مرض بہت جلد قابو میں آجاتا ہے اور اس طرح غائب ہوجاتا ہے کہ جیسے کسی نے جادو کی چھڑی گھما دی ہو۔

اب ڈاکٹروں کو اس بات کی کیا ضرورت تھی کہ وہ ڈیجی ٹیلس کی اس غیر معمولی مقدار کے مطابق اپنا اطمینان کرلیتے وہ پروفیسر پیٹرسکو کے اعلان کو صحیفۂ آسمانی سمجھ کر بے چون وچرا ایمان لے آئے اور ایک ڈاکٹر صاحب نے توفوراً ہی اعلان کردیا کہ اگر کروپس نمونیہ کا مریض مے نوشی کا عادی نہ ہو تو ڈیجی ٹیلس کے مفید اثرات اور بھی جلد ظاہر ہوتے ہیں۔

اتفاق سے میں ان ہی دنوں میں ایک ہسپتال میں نمونیا وارڈ کا انچارج تھا۔ میرے چیف ہاؤس فزیشن نے مجھے بھی اس طریق علاج کی آزمائش کا حکم دیا۔ اتفاق سے اسی دن نمونیہ کا ایک مریض میرے وارڈ میں داخل ہوا۔ اس کا پورا دایاں پھیپھڑا متاثر ہورہا تھا۔ سانس بہت تیزی سے چل رہا تھا اور اسے تکلیف بہت سخت تھی۔ دریافت کرنے پر مجھے اس کی بیوی سے معلوم ہوا کہ بچپن سے شراب کا عادی بھی ہے۔ پیٹرسکو کے طریقہ علاج کی آزمائش کا اس سے بہتر موقعہ بھلا کہاں مل سکتا تھا۔ میں نے چیف ہاؤس فزیشن کے مشورہ اور اس کی اجازت سے

دوسو گرام پانی میں آٹھ گرام ڈیجی ٹیلس کے حساب سے مریض کے لئے نسخہ لکھدیا اور نرس کو ہدایت کردی کہ ایک ایک گھنٹہ کے بعد چائے کا چمچہ بھر کمیچر مریض کو پلایا جائے اس سلسلہ میں یہ ملحوظ خاطر رکھنا چاہیئے کہ عام حالات میں ۲۴ گھنٹہ کے اندر ڈیجی ٹیلس کی جو بڑی سے بڑی مقدار مریض کو دی جاسکتی ہے وہ ۶ ر ۰ گرام ہے معمولی خوراک سے تیرہ گنی مقدار میں دوا دینے کا نتیجہ یہ ہوا کہ دوسرے دن مریض کی حالت بہت خراب ہوگئی اس کی آنکھوں میں ایک قسم کی چمک پیدا ہوگئی تھی اور چہرے پر نیلاہٹ آگئی تھی۔ نبض کی رفتار بدستور تیز تھی لیکن قلب بہت کمزور ہورہا تھا اور ڈیجی ٹیلس کی سمیت کے آثار آہستہ آہستہ بڑھتے جارہے تھے میں نے گھبراکر چیف ہاؤس فزیشن کو مریض کی حالت سے مطلع کیا۔ اس نے بھی ردعمل کو روکنے کی کوشش کی لیکن مریض شام تک ڈیجی ٹیلس کے اثر سے مرگیا۔ آہ! میں اس کی نوجوان بیوہ کی وہ پُرحسرت نگاہیں کبھی نہیں بھول سکتا جن سے اس نے مجھے اپنے شوہر کے مرنے کی خبر سنکر دیکھا تھا۔

اس بدنصیب بیوہ سے کون کہتا کہ تیرا شوہر ڈاکٹروں کی قربان گاہ پر بھینٹ چڑھ گیا

اس افسوس ناک واقعہ کے دوسرے ہی دن برطانیہ کے مشہور ماہر طب ڈاکٹر رویل کا ایک مضمون رسالہ "فزیشین" میں شائع ہوا جس میں انہوں نے لکھا تھا کہ "پیٹرسکو کا طریقہ علاج سخت مضر ہے۔ ڈیجی ٹیلس کو غیر معمولی مقدار میں دینے کے معنی یہ ہیں کہ مریض کی زندگی کو جان بوجھ کر خطرے میں ڈالا جائے۔ میرے علم میں اب تک کئی مریضوں کو پیٹرسکو کا طریقہ علاج موت کی نیند سُلا چکا ہے۔ لہٰذا میں برطانیہ کے تمام ڈاکٹروں کو مشورہ دیتا ہوں کہ نمونیا میں ڈیجی ٹیلس کا غیر معمولی استعمال بند کردیں"

حالانکہ اس سے چند روز پہلے جرمنی کے ایک ڈاکٹر ریکیٹا مر نے بہت زور شور کے ساتھ اعلان کیا تھا کہ کر دیس نمونیا کا کوئی مریض ڈیجی ٹیلس کی سمیت سے ہلاک نہیں ہوسکتا۔

ہمارے ڈاکٹروں کا طبقہ جدت پسندی کے تمام دعووں کے باوجود دراصل لکیر کا فقیر ہے یا تو کچھ مدت پہلے تک ہر ڈاکٹر کی زبان اور ہر طبی رسالہ کے صفحے اس طریقہ علاج کی تعریف سے بھرے پڑے تھے یا ڈاکٹر روپل کے مندرجہ بالا خیالات کی اشاعت کے بعد سب کے سب ڈیجی ٹیلس کے استعمال کی مخالفت کرنے لگے۔ اور اب شاید دنیا میں کوئی ڈاکٹر بھی ایسا نہ ہوگا جو کروپس نمونیہ کے مریض کو دس بارہ گنی مقدار میں ڈیجی ٹیلس پلا دے۔ ڈاکٹروں کو پیٹرسکو کے طریقہ علاج کی غلطی کا احساس ہوا مگر کس وقت؟ جب وہ ہزاروں مریضوں کی جانیں اپنے تجربات کی قربان گاہ پر بھینٹ چڑھا چکے تھے جس سال رومانیہ کے ڈاکٹر پیٹرسکو نے ڈیجی ٹیلس کے ذریعہ کروپس نمونیہ کا علاج دریافت کیا۔ اسی سال جرمنی کے ڈاکٹر راز بنش نے اپنے "طویل تجربات" کی بنا پر اعلان کیا کہ سل رئوی کا بہترین علاج یہ ہے کہ مریض کے پھیپھڑے کے ریشوں میں کریازوٹ کے محلول کا انجکشن کر دیا جائے۔ ڈاکٹر راز بنش کا یہ انکشاف جدید تمام طبی رسائل و اخبارات میں شائع ہوگیا اور ہر ڈاکٹر کی زبان پر اس کا تذکرہ تھا جرمن کے ایک دوسرے نامور طبیب اسٹیکو کرنے اپنے ایک مریض پر اس نئے طریق علاج کی آزمائش کی۔ اس کا جو کچھ نتیجہ برآمد ہوا وہ اسی کے الفاظ میں حسب ذیل ہے:۔ ‏"انجکشن کے بعد مریض کی کھانسی میں بہت اضافہ ہوگیا اور جس طرف انجکشن کیا گیا اس طرف کا پھیپھڑا غیر معمولی تیزی سے گلنے لگا۔ انجکشن کے تھوڑی دیر بعد مریض کے منہ سے خون گرا۔ دوسرے دن جریان شروع ہوگیا، اور مریض مرگیا"۔ خدا کا شکر ہے کہ کریازوٹ کے انجکشن کی آزمائش نے زیادہ مریضوں کی جانیں نہیں لیں اور بہت جلد اس کا رواج ختم ہوگیا +

جنسی تعلق کا مدعا

(از جناب کرنل بھولا ناتھ صاحب آئی ایم ایس (ریٹائرڈ) سی آئی ای)

اس میں شک نہیں کہ جماع کے فعل کا صحت بدن پر بڑا بھاری اثر ہوتا ہے۔ یہ اثر کیوں ہوتا ہے؟ اس فعل کی حد اعتدال کیا ہے؟ اور کثرت جماع کس کو سمجھنا چاہیئے؟ ان سوالوں پر بحث کرنے سے پہلے اس بات پر غور کر لینا ضروری ہے کہ مجامعت جنسی کا طبعی اور فطری مدعا کیا ہے؟ قدرت نے ہر فرد ذی حیات کے اندر مجامعت کی خواہش کیوں پیدا کی ہے؟

عام طور پر خیال کیا جاتا ہے کہ مجامعت کا فطری مدعا حصول اولاد ہے تاکہ سلسلۂ حیات دائم اور نظام عالم قائم رہے۔ اسی وجہ سے مرد و عورت کے اندام نہانی کو اعضائے تناسل کہا جاتا ہے۔

دنیا کے سارے مذہب شادی کرنے پر شرعاً زور دیتے ہیں اور مجامعت جنسی کے لئے ازدواج پر اصرار کرتے ہیں۔ اسی بنا پر مرد و عورت کے جنسی تعلقات بغیر شرعی یا قانونی ازدواج کے ناجائز سمجھے جاتے ہیں اور اخلاق کے لحاظ سے مذموم خیال کئے جاتے ہیں۔ تو گویا اس کے یہ معنی ہوئے کہ وہی فعل اگر شرع کی اجازت لے کر کیا جائے تو احسن ہے اور اگر بغیر اجازت کیا جائے تو معیوب ہے۔ مگر فعل بذات خود مذموم نہیں۔

اگر کائنات کو بہ ہیئت مجموعی دیکھا جائے تو ہمیں ایک مسلسل زنجیر دکھائی دیتی ہے۔ اس زنجیر کے ایک سرے پر غیر ذی روح جمادات ہیں جن کے قیام اور دوام کے لئے ازدواج اور تناسل کی ضرورت نہیں۔ جمادات سے آگے بڑھ کر ذی حیات نبات اور حیوان ہیں جن میں لاکھوں اور کروڑوں ایسے افراد ہیں جن کے سلسلہ حیات میں تناسل کو دخل نہیں۔ تناسل اور ازدواج فقط ان ذی حیات افراد میں پایا جاتا ہے جن کو اعلیٰ مراتب حیات کا شرف حاصل ہوتا ہے۔

ان مشاہدات سے پایا جاتا ہے کہ سلسلہ حیات قائم رکھنے کے لئے تناسل کا اصول عالمگیر نہیں۔ اگر اب اعلیٰ ذی حیات پر نظر ڈالی جائے تو وہاں بھی ہمیں ایک حیرت انگیز مسلسل زنجیر دکھائی دیتی ہے جس کی کڑیاں تناسل کے لحاظ سے بتدریج بڑھتی اور پیچیدہ ہوتی چلی جاتی

ہیں۔ ایک کڑی میں اضافہ ہوکر دوسری کڑی بنتی ہے اور دوسری میں اضافہ ہوکر تیسری تیار ہوتی ہے وعلیٰ ہذا القیاس۔

بعض افراد میں تو نر و مادہ میں کوئی تمیز نہیں۔ ایک ہی فرد ایک وقت میں نر کا کام دیتا ہے اور دوسرے وقت میں مادہ کا۔ اُن سے آگے چل کر ایسی مخلوق ملتی ہے جن میں نر و مادہ تو علیحدہ علیحدہ ہیں مگر تناسل کی غرض سے ان کا جنسی اجتماع نہیں ہوتا اور وہ اپنا مادینہ جزو جسم میں سے خارج کرکے ایک جگہ پر چھوڑ جاتی ہے اور اسی طرح پر نر اپنا نرینہ جزو چھوڑ دیتا ہے ان نرینہ اور مادینہ اجزار کا اتفاقیہ میل ہوکر تناسل ہوتا ہے۔

نر و مادہ کی جنسی مجامعت کا اضافہ نباتات اور حیوان میں بہت سی ارتقائی منزلیں طے کرنے کے بعد دیکھنے میں آتا ہے۔ فعل مجامعت کے ساتھ تلذذ اور فرحت کا اضافہ بھی حیوانات میں بتدریج ہوتا جاتا ہے۔ اب اگر ان حیوانات کی تشریحی ساخت پر غور کیا جائے تو تلذذ کے اضافہ کے ساتھ ان کا نظام عصب بھی پیچیدہ اور نازک تر ہوتا جاتا ہے۔ یعنی بہ عبارت دیگر لذت جماع سے پیچیدگی اور ذکاوت حس کا اظہار ہوتا جاتا ہے۔ نظام عصب کی پیچیدگی اور حس کی ذکاوت انسان میں درجہ غایت کو پہونچ جاتی ہے اور لذت بذاتہ خود فعل جماع کا مدعا بن جاتا ہے یعنی انسان میں جنسی مجامعت کے دو مدعا بن جاتے ہیں، ایک بائیولاجیکل مدعا حصول اولاد ہے دوسرا انسانی مدعا حصول لذت۔ مگر حصول لذت کا مدعا اس شدت اور غایت کا ہوتا ہے کہ حصول اولاد کا مدعا اگر فوت نہیں تو کم از کم اتفاقیہ

یا غیر ضروری امر ہو جاتا ہے۔ یہ مسئلہ جو ہم نے پیش کیا ہے غیر مانوس ہونے کی وجہ سے شاید اس کے قبول کرنے میں ہمارے ناظرین کو تامل ہو۔ اس نظریہ کے اثبات کے لئے ہم ذیل کے مشاہدات کی طرف توجہ دلاتے ہیں:-

یہ ایک عام مشاہدہ کی بات ہے کہ نباتات میں سلسلۂ حیات قائم رکھنے کے لئے پھول کھلتے ہیں۔ پھولوں کے نرینہ جزو ہوا میں اُڑ کر یا مکھیوں اور تیتریوں کے پَروں میں چمٹ کر مادہ پھول پر پہونچائے جاتے ہیں۔ اس عمل سے اجتماع جنسی ہو کر تناسل ہوتا ہے مگر اس عمل کے لئے موسم اور اوقات مقرر ہیں۔ سوائے ان اوقات کے نہ تو پھول کھلتے ہیں نہ نر و مادہ کا جنسی اجتماع کبھی ہوتا ہے۔

اگر انسان میں مجامعت جنسی کا مدعا فقط حصول اولاد ہوتا تو اس کے لئے بھی اوقات مقرر ہونے چاہئے تھے۔ انسان جو بغیر لحاظ موسم اور اوقات کے مجامعت کا مرتکب ہوتا ہے وہ تناسل کی غرض سے نہیں ہوتا بلکہ لذت کی غرض سے۔ حیوان میں ایک بات یہ بھی دیکھنے میں آتی ہے کہ مجامعت جنسی کی خواہش پہلے مادہ کی طرف سے ظاہر کی جاتی ہے اور اس خواہش کا اظہار فقط اس وقت ہوتا ہے جب کہ مادہ استقرار حمل کے لئے مستعد ہوتی ہے جب استقرار حمل واقع ہو جاتا ہے تو یہ خواہش یکسر ہو کر غائب ہو جاتی ہے اور مادہ نر کو اپنے پاس نہیں آنے دیتی۔ اس کے برخلاف انسان میں جنسی مجامعت کی سبقت نہ صرف مرد کی طرف سے ہوتی ہے بلکہ اکثر اوقات بوس و کنار اور جسم کے مختلف مقامات کو گدگدانے یا سہلانے کی حرکات سے عورت کو ارتکاب فعل کی ترغیب دی جاتی ہے اور استقرار حمل ہونے کے بعد بھی انسان اس فعل کا مرتکب ہوتا رہتا ہے ۔

تناسل سے غرض رکھی گئی ہے بقائے نوع۔ اور بقائے نوع اس وقت ہو سکتا ہے جب کہ بہترین اولاد پیدا ہو جو کشمکش حیات میں کامیاب ہو سکے۔ اس غرض سے حیوانات میں نر ہمیشہ پروبال کی بوقلمونی سے خوب صورت بنایا گیا ہے اور بہادر جنگجو اور دلیر ہوتا ہے۔ مادہ نر کو ان صفات کی خاطر چن کر اس سے مجامعت جنسی کرتی ہے۔ متمدن حالت میں اس کے برعکس مرد عورت کو خوب صورتی، نزاکت، علم، روپیہ، پیسہ اور دوسری اغراض سے چن کر اس سے شادی کرتا ہے۔ تناسل کی غرض سے عورت کی صحت، قویٰ، بنیہ کا کبھی لحاظ نہیں کیا جاتا بلکہ بسا اوقات دائم المریضوں کے ساتھ شادی ہو جاتی ہے چونکہ حیوانات میں مجامعت جنسی مقررہ اوقات میں ہوتی ہے اور تناسل کی غرض سے ہوتی ہے اس لئے کثرت جماع حیوانات میں ممکن نہیں۔ بلکہ قوت کا جو ذخیرہ اس فعل میں صرف ہوتا ہے اس کی ترمیم اور تلافی کے لئے انہیں کافی وقت مل جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عنانت اور ضعف باہ کی بیماریاں حیوانوں میں نہیں ہوتیں۔ علاوہ ازیں کثرت ازدواج، جلق، اغلام، جماع غیر فطری اور رنڈی بازی جو متمدن سوسائٹی میں مروج ہیں اور ہر زمانے میں مروج رہے ہیں ان کا مقصد تناسل نہیں بلکہ تلذذ ہے جماع مستحفظ اور برتھ کنٹرول جس کا رواج آج کل زن و مرد میں پھیلتا جارہا ہے یہ بھی اسی بات کا ثبوت ہے کہ مجامعت کا مدعا حصول اولاد نہیں بلکہ خود ارادتاً اولاد کے حصول کو روک دیا جاتا ہے اور مجامعت جنسی فقط تلذذ کی غرض سے کی جاتی ہے ✦

(از جناب شان الحق صاحب حقی بی اے)

"یہ شکلیں بھی نہ رہیں" ـــ میں ٹھنڈا سانس بھر کر البم کا ایک اور صفحہ پلٹتے ہوئے بولی، مدت کی بچھڑی ہوئی صورتیں ایک ایک کرکے میری آنکھوں کے سامنے سے گذر رہی تھیں۔ برسوں کی سوئی ہوئی یادیں ذہن میں بیدار ہوگئیں۔ اس مرقعے کا ہر ورق ایک مصور افسانہ تھا۔ کبھی یہ تصویریں کس اشتیاق سے یکجا کی تھیں اور ان کی ورق گردانی کس قدر فرحت انگیز ہوتی تھی! یہ جب کا ذکر ہے کہ میں زندگی کو خود ایک عالم تصویر سمجھتی تھی اور اس کی تمام کیفیتیں جامد اور مسرتیں ابدی نظر آتی تھیں۔ کبھی یوں نہ رہے گا۔ یہ میں نے کبھی نہ سوچا تھا۔

اگلی تصویر کو دیکھ کر میں چونک پڑی۔ اس صورت کو میں نے آئینہ میں بارہا دیکھا تھا اور اب اس کے لئے بھی آنکھیں ترس گئی تھیں۔ دل میں تھم بھر کے لئے ایک فرحت آمیز ہیجان سا پیدا ہوا۔ مگر یہ بھی میرے ذہن کی خود فریبی تھی۔ تبسم کی وہ خفیف سی لہر جو میرے ہونٹوں تک آئی میرے دلی اضطراب کی ایک لرزش نکلی ــــ "تصویر میری ہی سہی ـــ میں نے سوچا ـــ مگر میں خود بھی اب کہاں باقی رہی؟"

آنکھ اٹھا کر آئینے کی طرف دیکھا۔ ایک زمانہ وہ تھا کہ دن میں بیسیوں بار سنگھار میز کے پھیرے ہو جاتے تھے اور چلتے پھرتے آئینے کو مڑ کر جھانک لیتی تھی۔ اب ادھر ادھر کے افکار میں اتنی مہلت کہاں کہ پہر بھر کپڑوں کے انتخاب میں صرف کروں یا مانگ بار بار بگاڑ کر بنایا کروں۔ وقت کے ساتھ ذوق و شوق افکار و عادات کس قدر بدل جاتے ہیں۔ اب سے پہلے کبھی اس انقلاب پر غور کرنے کی بھی مہلت نہیں ملی۔ آج بہت دن بعد اپنے آپ کو بالمقابل دیکھا۔ ماضی اور حال دونوں کے مرقعے آنکھوں کے سامنے تھے۔ میرے چہرے پر گذشتہ حسن کی ایک یونہی سی جھلک اور میرے شباب کی ایک ہلکی سی پرچھائیں باقی تھی۔ یعنی جوانی کے پابرکاب قافلے نے کچھ دیر یہاں بھی دم لیا تھا ـــ "اللہ! یہ انقلاب بھی ہونا تھا!" ـــ بے اختیار میرے منہ سے نکلا۔ میں کچھ دیر کے لئے مبہوت ہوگئی۔ بیتے ہوئے شباب کی مسکراہٹیں، کھسیانے پن کی صورت

اور کیفیت آمیز انگڑائیاں تلملاہٹ بن کر ذہن میں بیدار ہو رہی تھیں۔ کس قدر مختلف تھے یہ احساسات، اُن کیفیات سے جواب ست کچھ برس پہلے خود کو دیکھ کر دل میں پیدا ہوتے تھے۔ یہ زعم کہ میں حسین ہوں میرے دل و دماغ پر ایک مستقل خمار کی طرح چھایا ہوا تھا اور میری رفتار وگفتار، انداز و اطوار، میرے اعضاء کی ایک ایک جنبش سے جھلکتا تھا۔ میں جانتی تھی کہ قدرت نے مجھے حسین بنایا ہے۔ اور شاید یہ افتخار جاودانی ہے۔ اس ایک اعتبار کے آگے دنیا کے تمام آلام و افکار ہیچ تھے۔ میں نے زندگی کے کسی فکر کسی محرومی کو سنجیدگی سے محسوس کیا ہی نہ تھا۔ کس قدر دل فریب تو ہم تھا اور آج کتنا جان کاہ ثابت ہو رہا تھا! ایسا محسوس ہوا جیسے عمر بھر کے بھولے اور ٹالے ہوئے افکار یکبارگی میرے ذہن پر ہجوم کر آئے ہیں تلملا اٹھی۔ کیا آج بھی میں اپنے آلام و افکار سے اتنی ہی بے پرواہ ہو سکتی تھی؟ اور محض اس اعتماد پر کہ میں حسین ہوں!......

دیوار پر ٹنگی ہوئی تصویروں پر نظر پڑی۔ ان میں سے بہت سی مجھے بچپن سے دیکھتی آئی ہیں۔ میرا شباب ان کی آنکھوں کے سامنے سے گذرا ہے۔ آج یہ بھی مجھے بدلی ہوئی نگاہوں سے تک رہی تھیں۔ سفید ڈاڑھی والا بوڑھا فلسفی جس کی آنکھوں سے میں اپنے وہم و خیال میں ہمیشہ اپنے جمال اور ذوق جمال کی داد حاصل کرتی رہی آج مجھ پر عبرت آمیز نگاہیں ڈال رہا تھا۔ نیلی آنکھوں والا شوخ نظر آرٹسٹ میرے خدوخال کو بے تاثیر پا کر کسی اور صورت کے تخیل میں تھا۔ اور اس کے نظر فریب، رنگین و شاداب مرقعے میرا منہ چڑھا رہے تھے —— وہ مرقعے جو آج بھی حسین و جوان ہیں اور ہمیشہ حسین و جوان رہیں گے۔ مجھے ان تصویروں پر رشک آنے لگا —— ہاں یہ ٹھیک ہے جو میں نے کہا کہ ان تصویروں کو بھی نیستی سے نجات نہیں۔ لیکن ان کا شباب کبھی کہولت سے شکست نہ کھائے گا۔ یہ اسی طرح ہنستی اور مسکراتی ہوئی

تمام ہو جائیں گی۔ یہ بھی مٹیں گی مگر خود رُو کر اور دوسروں کو رُلا کر نہیں۔ ہم مرنے سے پہلے پژمردہ ہونے پر بھی مجبور ہیں اور ستم بالائے ستم یہ کہ اس کا احساس رکھنے پر بھی۔ نہ جانے قدرت نے حسن وحیات کو کیوں لازم و ملزوم رکھا۔ ندی نالے چڑھتے ہیں اور اتر جاتے ہیں۔ پہاڑ سرسبز ہوتے ہیں اور اُجاڑ بن جاتے ہیں۔ پھول کھلتے ہیں اور خاک ہو جاتے ہیں۔ مگر ان میں سے کوئی اس تغیر سے باخبر نہیں ہونے پاتا۔ مگر ہم یہاں سے خستگی و پامالی کا داغ دل پر لئے بغیر نہیں جا سکتے۔ . . .

اس تلخ حقیقت کے احساس پر مجھے صبر نہ آنے پایا تھا کہ اچانک ایک رسیلی سی آواز کان میں پڑی:۔۔۔ "امی جان" ۔۔۔ میری بچی نے مجھے پکارا۔ میرا دماغی انتشار وارفتگی کے دبے سے کئی قدم پیچھے ہٹ آیا۔ مجھے اُس کی معصوم آواز ایک فرشتۂ غیبی کی آواز معلوم ہوئی جیسے قدرت نے میری تسکین اضطراب کی خاطر بھیجا ہو۔

"امی جان!" ۔۔۔ وہ اٹک اٹک کر سادگی سے کہنے لگی ۔۔۔ "نانی اماں کہتی ہیں، جب آپ میرے برابر تھیں تو بالکل میری جیسی تھیں!" ۔۔۔ اس کی آنکھیں مجسم استفہام بن کر میری طرف گھورنے لگیں۔ میں نے اس کے چہرے کو اپنے دونوں ہاتھوں میں لے لیا۔ مجھے اپنا پورا شباب اس کی آنکھوں میں سمایا ہوا نظر آنے لگا۔ یکلخت میں میری وحشت حیرت سے، اور حیرت ایک بے اندازہ فرحت سے بدل گئی ۔۔۔ میں نے دیکھا کہ میرا شباب نہیں گیا۔ میرا حُسن سلامت ہے اور مجسم شکل میں میری آنکھوں کے سامنے! ۔۔۔ میں نے اُسے سینے سے لگا لیا۔

"ہاں میری جان نانی اماں ٹھیک کہتی ہیں!" +

چند بوٹیوں کے فوائد

(بسلسلۂ گذشتہ)

برگ اندرائن قبض و کیڑوں کے لئے مفید ہے۔ آب برگ اندرائن ۵ ماشہ پاؤ سیر پانی ڈال کر آگ پر پکائیں اور آنچ دھیمی رہے۔ جب پاؤ پانی رہ جائے۔ اتار کر چھان کر نیم گرم پئیں۔ ایک گھنٹہ کے بعد دست کھل کر آئے گا اور پیٹ کے اندر سے مُردہ کرم نکل جائیں گے۔ نیز قبض بھی کھل جائے گا۔

برگ بانسہ دمہ کے لئے یہ خاص چیز ہے۔ برگ بانسہ سبز ا۔ پاؤ پانی میں پیس کر چھان لیں اور ۲ تولہ شہد خالص تازہ حل کر کے روزمرّہ صبح کے وقت پینے سے دمہ رفو چکر ہو جاتا ہے بعض اطبا اس نسخہ کی یہاں تک تصدیق کرتے ہیں کہ نسخہ اگر متواتر استعمال کیا جائے تو دس برس تک کے پُرانے دمہ کا مرض دور ہو جاتا ہے اس کے علاوہ سبز پتوں کو سایہ میں خشک کر کے اگر نمک حاصل کیا جائے تو مناسب بدرقہ کے ہمراہ بہت سے امراض میں مفید ہے

برگ بیل اس کو پنجاب میں بیل کہتے ہیں۔ کھیتوں میں عام ہوتی ہے۔ اس کے سبز پات قریباً ایک تولہ کے لیں اور ایک پاؤ پانی میں گھوٹ لیں اور چھان کر پئیں، تو خونی بواسیر کو از حد مفید ہے۔

اگر بادی بواسیر ہو تو اس کے ساتھ ۶ ماشہ سمندر سوکھ کا سفوف بھی پھانک لیا کریں ایک ہفتہ میں شفا ہوگی۔ خون حیض بکثرت آتا ہو تو بھی مفید ہے۔

برگ مکو سبز محلل اورام ہے۔ خصوصاً اورام احشا میں بہت مفید ہے۔ جگر و طحال معدہ میں دن رات استعمال ہوتے ہیں۔ خاندان شریفی کا دن رات کا معمول نسخہ ہے مختلف ادویہ کے ہمراہ بھی استعمال ہوتے ہیں۔ اگر صرف آب مکو سبز، آب کاسنی سبز، شربت بزوری کا استعمال کرایا جائے تو اورام احشائیں بہت مفید ہے۔

آب کاسنی سبز مذکورہ امراض میں مفید ہے اور عموماً دونوں بوٹیاں اکٹھی استعمال کی جاتی ہیں، بیرونی اورام میں بھی مختلف ادویات کے ہمراہ استعمال ہوتی ہیں۔

برگ خطمی، برگ شویہ سبز، برگ نر گمہ سبز | یہ تینوں محلل اورام ہیں بلکہ ان کے ہمراہ برگ کو سبز، برگ کاسنی سبز بھی شامل کر کے ایک قسم کی بھجیہ محلل اورام بنائی جاتی ہے جو ماہرین رحم میں پیڑو کے مقام پر بندھوائی جاتی ہے۔

برگ انار سبز | روغن کنجد میں سبز برگ جلائے جاتے ہیں اور اگر اس روغن کی مسترخی اعضا پر مالش کی جائے تو اپنی اصلی حالت پر آجاتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس میں کشتہ تلسی بہت عمدہ تیار ہوتا ہے جو جریان کے لئے عمدہ چیز ہے۔

برگ بید انجیر | یہ بھی محلل اورام ہیں۔ درد جوڑوں میں ہوا کرتا ہے ان پر مالش کے بعد باندھے جاتے ہیں۔ درد کو بہت جلد تسکین ہو جاتی ہے۔ اگر کوئی مفاصل پر چوٹ لگ جائے تو روغن کنجد کی مالش کر کے برگ بید انجیر ذرا گرم کر کے باندھ دیئے جائیں تو بہت جلد تسکین ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ اس کا پانی منقی ہے۔ کشتہ ابرک بھی اس کے پتوں کے پانی میں تیار کیا جاتا ہے جو دافع سمیت ہے۔

برگ آکس سبز | محلل اورام ہیں۔ وہ پھوڑے پھنسیاں جن کا مواد خارج نہ ہوا ہو اس کے مادہ کو پکانے اور خارج کرنے کے لئے ایک عجیب اثر کرنے والے ہیں۔ چار پانچ سبز پتے لیکر ان کو تیل سے چپڑ لیا جائے اور آگ پر ذرا سینک کر کے باندھ دیا جائے۔ اس طرح دو تین دفعہ باندھنے سے مادہ خود بخود پک کر خارج ہو جائے گا۔ بارہا کا آزمودہ ہے۔

برگ بکن یہ بوٹی عام طور پر دریاؤں نہروں کے کنارے پائی جاتی ہے۔ بواسیر بادی و خونی کے لئے بہت مفید ہے۔ دو تولہ برگ بکن سبز میں کالی مرچ ۵ عدد کو خوب گھوٹ لیا جائے اور پاؤ بھر پانی میں شیرہ نکال کر صبح پیا جائے تو بہت جلد آرام ہوتا ہے

برگ جل نیم جل نیم بھی عام طور پر دریاؤں اور نہروں کے کنارے یا جہاں پانی زیادہ رہتا ہو وہاں ملتی ہے جسکی خزن ہے اس کے پتے دو تولہ اور کالی مرچ ۵ عدد پاؤ بھر پانی میں گھوٹ کر تدرے مصری ملاکر پیا جائے تو ہر قسم کی خارش پھوڑے پھنسیاں دور ہو جاتی ہیں۔ بار ہا کا آزمودہ ہے۔

برگ پیپل اگر اس کے پتے سایہ میں خشک کرکے باریک پیس کر پرانے گڑ یعنی قند سیاہ میں بقدر بیر چھوٹے کے گولیاں بنائی جائیں تو مفصلہ ذیل امراض میں ایک گولی صبح ایک شام عرق سونف دس تولہ سے دیں تو آرام ہوگا بدہضمی، قبض، درد شکم اور قولنج، ورم طحال میں بھی مفید ہے۔

اس کے پتے پانی میں جوش دے کر غرغرہ کرانے سے خناق کو آرام ہوتا ہے (اس کی چھال کا جوشاندہ پلانے سے درد گردہ کو فوراً آرام ہوتا ہے (الطبیب)

پیپل کے سبز پتوں کا عرق نکال کر سہ چند مصری ڈال کر شربت بناکر دو تولہ لیکر اس میں گلاب ۵ تولہ ڈال کر اگر چند روز صبح پیا جائے تو خفقان کو فائدہ ہوتا ہے۔

برگ برہمی یہ ہر دوار کے کنارے بہت ملتی ہے۔ اس کے سبز پتے اگر بادام اور کالی مرچ کے ہمراہ گھوٹ کر بطور سردائی (ٹھنڈائی) پیئے جائیں تو قوت حافظہ کے لئے

بہت مفید ہوتے ہیں۔ مسیح الملک مرحوم اس کا استعمال ضعف دماغ کے لئے فرمایا کرتے تھے اس کے علاوہ اس کا استعمال تقویت دماغ، ضعف بصارت، ذیابطیس، جریان میں ہوتا ہے۔

برگ گورکھیان یہ بوٹی اکثر گرمیوں میں ملتی ہے۔ اس کے سبز پتے تولہ بھر اور مرچ سیاہ ۳ عدد پانی میں گھوٹ کر مصری ملا کر اور روغن صندل ایک ماشہ چھڑک کر پلانے سے سوزاک کو فائدہ کرتی ہے۔

اس کے سبز پتوں کا عرق نکالیں اور اس میں آب انار ۲ تولہ ملائیں ۲۱ روز میں یرقان کو شرطیہ فائدہ کرتی ہے اسی طرح احتلام و جریان میں مفید ہے۔

برگ مدار نازک برگ مدار سبز ۶ ماشہ پانی سے دھو کر نمک دیسی نصف وزن ملا کر باریک رگڑیں کہ یک جان ہو جائیں اور اس کی ۳ گولیاں بنائیں ۳ گھنٹے کے بعد ایک گولی گرم پانی سے کھائیں۔ تمام قسم کی بدہضمی اور درد قولنج کو مفید ہے۔

دیگر:- پختہ زرد رنگ کے چند پتے گرم کرکے کچھ دیر کے لئے ان کو کپڑے میں لپیٹ کر دبا دیں تاکہ نرم ہو جائیں۔ پھر ان کو نچوڑ کر پانی نکال لیں یہ پانی سماعت کے لئے بہت مفید ہے۔ اس کے علاوہ کان میں اگر کیڑے ہوں تو اس پانی کو ڈال دینے سے تمام کیڑے مر جاتے ہیں۔ امراض کان میں مفید ہے۔

دیگر:- برگ مدار سبز کو کوٹ کر پانی نکال لیا جائے اس میں قرن الائل کا برادہ خوب تر کرکے آگ دی جائے اور ۳ دفعہ یہی عمل کیا جائے تو کشتہ ہو جاتا ہے بصورت دیگر پتوں کے نغدہ میں آگ دے دیں تو بھی کشتہ ہو جاتا ہے ذات الجنب کے لئے بہت مفید ہے (اگر پہلی آنچ میں کرنا ہو تو شیر مدار میں کریں) فقط۔ والسلام: "حکیم منظور احمد"

عورتوں کی پوشیدہ بیماریاں

(از جناب سرداری لال صاحب وئید)

ایک انگریزی پروفیسر کا یہ قول کہ "ہندوستانی زندگی بسر نہیں کرتے بلکہ قید ہستی کے دن گذار رہے ہیں" ایسا سچا اور امر واقعہ ہے کہ ہر ہندوستانی خود اپنی حالت پر غور کرکے اس کی تصدیق کر سکتا ہے۔ درحقیقت جن لوگوں کو یہ بھی معلوم نہ ہو کہ بیماری چیز کیا ہے؟ اور اس سے کیونکر بچاؤ ہو سکتا ہے؟ اُن کی حالت پر جس قدر بھی رحم کیا جائے تھوڑا ہے۔

مگر اس ملک میں ایسے لوگ کثرت سے ملیں گے جو بیمار ہوتے ہیں اور نہیں جانتے کہ ان کی بیماری کا سبب کیا ہے؟ اور وہ اس سے کیوں کر چھٹکارا پا سکتے ہیں؟ حالانکہ اگر وہ ذرا بھی کوشش کریں تو بہ سہولت ان اسباب سے واقفیت حاصل کر سکتے ہیں اور اس طرح آدھی سے زیادہ بیماریاں دنیا سے بغیر کچھ صرف کئے رخصت ہو سکتی ہیں کیونکہ کسی بیماری کی بیخ کنی کے لئے اس کے اسباب کا جاننا ایسا ہی ضروری ہے جیسا کہ ایک لائق معالج کی تجویز کی ہوئی بے خطا دوا۔

اس ملک کی عورتوں کا حال اس سے بھی بدتر ہے کچھ تو جہالت اور کچھ خلقی شرم کی وجہ سے وہ اپنی مخفی بیماریوں سے کسی کو آگاہ کرنا خلاف طبع سمجھتی ہیں۔ اور کچھ مردوں کی بے پروائی نے بیڑا غرق کر رکھا ہے جن کے سوا وہ اپنی پوشیدہ بیماریوں کا کسی سے ذکر نہیں کر سکتیں نتیجہ یہ ہو رہا ہے کہ وہ غریب اندر ہی اندر گھل گھل کر نہ صرف قبل از وقت موت کا شکار ہو رہی ہیں بلکہ ملک کی آئندہ نسل کی جسمانی حالت پر بھی اس کا بہت بُرا اثر پڑ رہا ہے۔

کہاں ہیں وہ جوان، جن کے سر چھتوں سے چھوتے تھے؟ وہ چوڑی چھاتیاں، وہ جبڑے، وہ سکے اب چراغ لے کر ڈھونڈنے سے بھی نہیں ملتے! وہ ڈیل ڈول، وہ شہ زور بلند وہ کابلی (قندھاری) انار کے دانے کی سی رنگتیں گویا مفقود ہو گئی ہیں۔

اگرچہ اس تنزل کے اسباب اور بھی ہیں لیکن ہماری قومی بنیادوں کو دن بدن زیادہ سے زیادہ کھوکھلا بنانے والا "امراض مخصوصہ مستورات" کا کیڑا اپنا کام مستعدی اور سرگرمی

سے انجام دے رہا ہے۔ افسوس ہے کہ اس کی طرف سے دانستہ غفلت برتی جا رہی ہے، اور لوگ جان بوجھ کر بے خبر بننے کی کوشش کر رہے ہیں۔

کون نہیں جانتا؟ کہ بیج اعلیٰ درجہ کا بھی ہو تو بھی وہ ناقص زمین میں پڑ کر یا تو ضائع ہوجاتا ہے یا اپنی حیثیت کو بھی کھو دیتا ہے۔ ان پوشیدہ بیماریوں نے ہندوستانی مستورات کو بھی ناقص زمین کی طرح بالکل بودا بنا دیا ہے اس لئے کوئی عقل مند اِن سے طاقت ور اور صحیح الجسم بچوں کی پیدائش کی امید نہیں رکھ سکتا۔

بلاشبہ ملکوں اور قوموں کی زندگیاں اُن کے افراد کی جسمانی اور دماغی طاقتوں کے زندہ ہونے پر منحصر ہوتی ہیں۔ اور جن ملکوں اور قوموں کے افراد کے جسم مردہ اور دماغ کھوکھلے ہو رہے ہوں ان کی ہستی کی امیدیں باندھنا ایک فضول وہم ہے اور ان کے اسباب کی طرف سے غفلت اختیار کرنا تو ایک ایسی غلطی ہے جس کی تلافی ہو ہی نہیں سکتی۔

پس اس بے زبان فرقے کی تکالیف کو دور کرنے کی جو شخص ذرا بھی کوشش کرتا ہے وہ اپنے ملک و قوم کی خدمت کر کے ثواب دارین کا مستحق ہوتا ہے۔ اس لئے ہم اپنے اہل وطن سے اس مُلک کے ایک فرد ہونے کی حیثیت سے اپیل کرتے ہیں کہ وہ بے زبان عورتوں کی خطرناک حالت پر رحم کھاتے ہوئے انہیں خطرناک امراض کے پنجے سے بچانے کی کوشش کریں جن میں سے کسی نہ کسی شکایت میں نوّے فی صدی عورتیں مبتلا ہیں۔

مستورات کے خاص امراض کی فہرست بہت طویل ہے لیکن جن امراض کی عام طور پر شکایت سُنی جاتی ہے۔ ذیل میں اُن کے اسباب، علامات اور نتائج کا مختصر طور پر بیان کیا جاتا ہے تاکہ ناظرین ان امراض کی ماہیت معلوم کر کے اپنی عورتوں کو بھی ان کے خطرناک نتائج سے مطلع کر سکیں۔ اور وہ شرم کو ترک کر کے اگر انہیں کسی ایسی شکایت کا شائبہ بھی ہو تو فوراً اپنے علاج کا فکر کریں کیونکہ بیماری جس قدر آسانی کے ساتھ شروع میں دور ہو سکتی ہے، دیر کرنے سے اس سے زیادہ مشکل کے ساتھ اسے دور کرنا پڑتا ہے اور بعض دفعہ تو کم بخت جان لے کر ہی پیچھا چھوڑتی ہے۔ چونکہ عورتوں کی بہت سی شکایات عموماً حیض کی خرابی پر منحصر ہیں۔ اس لئے پہلے حیض کا مختصر بیان کیا جاتا ہے۔

حیض

وہ چیز ہے جس پر عورت کی صحت کا دار و مدار ہے اور جس کے بغیر عورت کا عورت پن بھی کچھ نہیں۔ یہ سیاہی مائل سُرخ رنگ کی بُودار رطوبت ہوتی ہے جو بالغ عورتوں کے رحم سے تندرستی کی حالت میں ہر قمری مہینے میں ایک دفعہ خارج ہوتی ہے مگر قرار حمل اور رضاعت کے اثناء میں اس کا آنا بند رہتا ہے۔ اس کا آغاز حالات و آب وہوا کے اختلافات کی وجہ سے مختلف عمروں میں شروع ہوتا ہے لیکن آیورویدک شناسوں نے بالعموم بارہ سال کی عمر میں اس کا آغاز تسلیم کیا ہے اور ۵۰ سال کی عمر کے بعد اس کا ہمیشہ کے لئے بند ہو جانا مانا ہے۔ اس کی مقدار اور اس کے ایام میں بھی حالات اور آب وہوا کی وجہ سے اختلاف ہو جاتا ہے۔ لیکن یہ آتا کیوں ہے؟ یہ امر خاص توجہ طلب ہے۔

اس امر کے تسلیم کرنے میں کسی کو عذر نہیں ہو سکتا کہ تمام حیوانات اور نباتات میں نسل بڑھانے کا خاصہ قدرت کی طرف سے عطا کیا گیا ہے جو خاص خاص اوقات پر ظہور پذیر ہوتا ہے۔ مثلاً پودوں میں جب پھول کھلنے کا وقت آتا ہے تو ان میں اعتدال طبعی سے زیادہ حرارت آجاتی ہے اور غذا دینے والی رطوبتیں زمین میں سے جڑوں کے ذریعہ بکثرت جذب ہو ہوکر ناشگفتہ پھولوں کی طرف تیزی کے ساتھ رجوع کرتی ہیں تاکہ پودے کے مذکر و مؤنث مادے سلسلۂ تناسل کے لئے اچھی طرح پختہ ہوکر ملیں۔ یہی حال حیوانات کا ہے جب خاص اوقات میں مؤنث حیوانات کا خون اُن کے اعضائے تناسل کی طرف بکثرت رجوع کرتا ہے تو ان کے اعضا میں معمول سے زیادہ حرارت آجاتی ہے اور وہ جفت ہونے کے خواہشمند پائے جاتے ہیں البتہ دیگر مؤنث حیوانات اور عورتوں میں کچھ فرق ہے اور وہ یہ ہے کہ رحم (اندھے) کی پختگی کے وقت بوجہ زیادتی خون مؤنث حیوانات کے اعضائے تناسل کی صرف حرارت بڑھ جاتی ہے لیکن عورتوں کے اعضائے تناسل سے خون بھی جاری ہوجاتا ہے جسے حیض یا رتو بھی کہا جاتا ہے۔ غرض حیض کا آنا رحم کا ایک اہم ترین فعل ہے اور اس کا آنا ایزاد نسل کی تیاری کا نشان ہے۔ اسی سبب سے سنسکرت میں اسے پُشپ (یعنی پھول آنا بھی) کہا جاتا ہے۔ ویسے ہی ثمر اولاد سے بہرہ ور ہونے سے پہلے عورت کو حیض آتا ہے اور جب تک یہ فعل باقاعدگی کے ساتھ انجام پاتا ہے عورت کی صحت بھی درست رہتی ہے۔ جونہی اس میں کسی قسم کی خرابی واقع ہوئی بے شمار خرابیاں رفتہ رفتہ آسنہ دکھاتی ہیں جنکا مختصر بیان ذیل میں لکھا جاتا ہے جیسے

قلت حیض

اس کے کئی سبب ہوتے ہیں. مثلاً جسم میں خون کی کمی یا خون کی ماہیت میں فرق آجانا. سل یا دق، خنازیر یا امراض گردہ و جگر وغیرہ پرانے اور دیر پا امراض کا وجود، کثرت مجامعت، خوف و رنج، ایام حیض میں سردی لگ کر رحم یا خصیۃ الرحم کے نظام عصبی کا بگڑ جانا. یا کسی اور وجہ سے رحم یا خصیۃ الرحم کے نظام عصبی میں خرابی آجانا یا ان میں پیدائشی نقص ہونا. اس کی موٹی علامت یہ ہے کہ ایام حیض میں کپڑے پر خون کا صرف دھبہ سا لگ کر رہ جاتا ہے یا ایک دو دن بالکل قلیل سا خون آکر بند ہوجاتا ہے. اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ مریضہ دن بدن کمزور ہوتی چلی جاتی ہے. سر چکرانے لگتا ہے، دل دھڑکتا ہے، خیالات منتشر رہتے ہیں، ہاضمہ بگڑ جاتا ہے اور جب دیر تک اس کا علاج نہ کیا جائے تو حیض کا آنا قبل از وقت بند ہوکر بانجھ پن کی شکایت رونما ہوجاتی ہے

احتباس الطمث

یعنی حیض کا قبل از وقت آنے سے رہ جانا. خیال رہے کہ ۴۵ یا ۵۰ برس کے بعد حیض کا آنا بند ہوجائے یا حمل قرار پا جائے اور ایام رضاعت کے اثنا میں حیض نہ آئے تو یہ کوئی بیماری نہیں ہوتی بلکہ خون حیض کا اس وقت بند ہوجانا جبکہ اسے جاری رہنا چاہئے احتباس الطمث کہلاتا ہے

اس کے اسباب بھی وہی ہیں جو قلتِ حیض کے بیان میں لکھے جا چکے ہیں۔ صرف فرق یہ ہے کہ مؤخر الذکر میں اسباب غیر معمولی زور دار ہوتے ہیں۔ جب کہ دیر تک حیض کا آنا شروع ہی نہ ہو تو خیال کرنا چاہئے کہ یا تو خصیۃ الرحم یا رحم ہی سرے سے موجود نہیں ہیں یا ان میں کوئی ایسا نقص ہے کہ حیض کی تحریک ہی نہیں ہوتی یا فم رحم کسی وجہ سے بند ہے۔ اس عارضہ میں منہ کا ذائقہ بگڑ جاتا ہے۔ بھوک مٹ جاتی ہے۔ کمزوری بڑھتی جاتی ہے سستی اور بے خوابی لاحق ہو جاتی ہے۔ مختلف اعضاء میں درد ہونے لگتا ہے۔ کبھی کبھی غشی کا بھی دورہ ہو جاتا ہے مریضہ دائم المریض ہو جاتی ہے اور بانجھ پن تو اس کا لازمی نتیجہ ہے۔

عسرتِ حیض

اس بیماری میں خون حیض تھوڑی مقدار میں تکلیف کے ساتھ خارج ہوا کرتا ہے کبھی درد اس شدت کا ہوتا ہے کہ مریضہ کے حواس بھی بجا نہیں رہتے۔ یہ مرض پانچ قسم کا ہوتا ہے (۱) سوزشی (۲) تشنجی (۳) سدی (۴) غشائی اور (۵) میلیفی۔

رحم میں خراش ہونا، رحم کی سوزش، رحم کا اپنی جگہ سے ٹل جانا، اسقاط یا وضع حمل کے بعد رحم کا اپنی اصلی حالت پر نہ آنا عموماً سوزشی عسرت کے اسباب ہوتے ہیں۔ اس میں رحم بوجھل معلوم ہوتا ہے پہلے روز حیض کم مقدار میں آتا ہے پھر تھوڑا تھوڑا درد کے ساتھ آتا رہتا ہے

تشنجی یا عصبی عسرت کی شکایت عموماً نازک اندام غیر منکوحہ عورتوں میں پائی جاتی ہے اس میں حیض آنے سے ایک دو روز پہلے مریضہ کی کمر میں سخت درد ہوتا ہے پھر فم رحم متشنج ہو کر بند ہو جاتا ہے اور درد شدت کا ہوتا ہے پھر ذرا سا خون حیض خارج ہو جاتا ہے اور درد نوبت بہ نوبت ہوا کرتا ہے۔

سدی عسرت کی شکایت فم رحم کے بند ہو جانے کی وجہ سے ہوا کرتی ہے۔ خواہ وہ آماس سے ہو یا رسولی سے یا رحم پیچھے کی طرف ٹل جائے یا خون کے ساتھ مواد اور رحم کی اندرونی سطح کے چھیچھڑے شامل ہو کر فم رحم کو بند کر دیں۔ اس میں درد اس شدت سے اٹھتا ہے کہ مریضہ کے ہوش و حواس پراگندہ ہو جاتے ہیں۔ درد سر، دوران سر، ہذیان، متلی اور قے کی شکایت ہو جاتی ہے کبھی کبھی ناک، منہ، مقعد، یا مثانہ سے خون بھی جاری ہو جاتا ہے۔

غشائی عسرت کی تکلیف اس لئے ہوتی ہے کہ رحم کی اندرونی خرابی کے سبب خون اور مواد کے رحم کی اندرونی سطح پر جم جانے سے ایک قسم کی جھلی سی بن جایا کرتی ہے جو ایام حیض میں سالم یا ٹکڑے ٹکڑے ہو کر خارج ہوا کرتی ہے۔ جب سالم جھلی خارج ہو تو ہر اخراج کے وقت درد ہوتا ہے۔ جب جھلی بہ کلی خارج ہو چکتی ہے تو دفعتہ بہت سا خون بھی خارج ہو جاتا ہے اور درد مٹ جاتا ہے۔ جب تک یہ بیماری ہے حمل قرار نہیں پا سکتا۔

بعض اوقات رحم کے امراض کی وجہ سے ہوا کرتا ہے جب درد زمانۂ حیض کے قریب ہوتا ہے اکثر بائیں جانب کے حصے میں ہوتا ہے جو بلنے سے متورم اور دردناک معلوم ہوتا ہے ساتھ ہی تنگیٔ شکم کی بھی شکایت ہوتی ہے۔ جب رحم میں ورم ہو کر وہ متورم خصیہ کی طرف جھک جاتا ہے پیشاب بار بار اور درد سے آتا ہے یہ تکلیف عموماً اسقاط کے بعد ہوا کرتی ہے۔

کثرت حیض کی شکایت سے بھی مستورات دن بدن دبلی ہوتی جاتی ہیں اور سستی، تکان، گھلائی بدن، ضعف دل و دماغ و ہاضمہ وغیرہ شکایات میں ہمیشہ مبتلا رہتی ہیں۔

کثرتِ حیض اور سیلانِ خونِ رحم

جب خون حیض ایام مقررہ میں مقدار معین سے بہت زیادہ خارج ہو تو اسے کثرت حیض کہتے ہیں لیکن جب ایام حیض کے علاوہ رحم سے خون آئے تو اسے سیلانِ خونِ رحم کہا جاتا ہے۔

رحم کا ٹل جانا، رحم کا جھک جانا، بار بار حمل کا گرنا، بکثرت اولاد ہونے سے رحم کا ڈھیلا ہو جانا، رحم میں خون کا اجتماع، رحم کی سوزش، رحم میں آنول کا ٹکڑا رہ جانا، وضع حمل کے بعد اچھی طرح سے رحم کا نہ سکڑنا، رحم کی رسولی یا آماس، مریضہ کا دموی مزاج ہونا، سل کی بیماری، جگر یا گردوں کی خرابی، کثرت جماع، اور ایام حیض میں مجامعت اس کے عام اسباب ہیں۔

اس مرض میں حیض کبھی کم مقدار میں بار بار آتا ہے کبھی ایک ہی بار زیادہ مقدار میں خارج ہوتا ہے کبھی اس کثرت سے خون جاری ہو جاتا ہے کہ مریضہ جاں بہ لب ہو جاتی ہے۔ چہرے کا رنگ اڑ جاتا ہے جسم دن بدن کمزور ہوتا جاتا ہے۔ پیڑو اور کمر میں درد رہتا ہے۔ سر چکراتا

ہے قبض رہتی ہے۔ بھوک نہیں لگتی۔ کبھی کبھی غش کی شکایت بھی لاحق ہوجاتی ہے علاوہ ازیں
اور بھی بہت سی شکایات رونما ہوجاتی ہیں۔ آخر کار رحم قرار حمل کے قابل نہیں رہتا، یا اسقاط کا
عارضہ لاحق ہوجاتا ہے۔

جریان الرحم

اسے یون روگ یا لیوکوریا بھی کہتے ہیں۔ اس بیماری میں عورتوں کے اندام نہانی سے سفید یا
زرد یا کسی اور رنگ کی بدبو دار رطوبت خارج ہوتی رہتی ہے۔

عام طور پر یہ کسی اور بیماری کی بھی علامت ہوتی ہے لیکن جب کہ بذات خود یہ بیماری
حملہ آور ہوجائے تو عورتوں کی حالت نازک سمجھنی چاہئے۔ ان کی صحت بالکل خراب ہوکر دریا
کنارے کے درخت کی مانند ہوجاتی ہے۔ چہرہ پژمردہ اور بدن کمزور ہوکر حالت دن بدن روبہ
تنزل ہوتی جاتی ہے۔ جب کہ یہ رطوبت کسی اور بیماری کی علامت نہ ہو تو اچھی طرح سے غور کر
کے علاج کرنا چاہئے۔

سوزاک اور جریان الرحم کی رطوبت میں تمیز کرنا ذرا مشکل امر ہے اس لئے نہایت غور
کے بعد تشخیص کرنی چاہئے۔ سوزاک میں خاص قسم کی سوزش ہوتی ہے جو پیشاب کے مقام سے
لے کر مثانہ اور اس کے ملحقات تک پہونچ جاتی ہے مگر جریان الرحم مقامی مرض ہے البتہ
سوزاک سے بھی جریان الرحم ہوجایا کرتا ہے۔

اس بیماری کے آغاز میں ہلکی ہلکی حرارت رہتی ہے بعدہٗ بھوک کی کمی اور کمزوری کی
شکایت بڑھ جاتی ہے۔ چہرہ زرد ہوتا جاتا ہے۔ پیڑو میں درد اور بوجھ معلوم ہوتا ہے۔ پیشاب

کی بار بار حاجت ہوتی ہے سستی اور کاہلی سی چھائی رہتی ہے۔ اندام نہانی میں خارش ہوتی ہے سر اور کمر میں درد ہوتا ہے اور کسی کام کے کرنے کو جی نہیں چاہتا جنین بھی درد سے آتا ہے اس بیماری میں حمل قرار نہیں پا سکتا۔ قرار پا جائے تو گر جاتا ہے۔ نہ بھی گرے تو بچہ مریل سا پیدا ہوتا ہے

کثرتِ اسقاط

کثرت اسقاط بھی ایک ایسی بیماری ہے جس کی شکایت ہر محلہ کے کئی گھروں میں سنائی دے گی اس بیماری سے مستورات کے قوائے بدنی دن بہ دن کمزور ہوتے جاتے ہیں۔ چہرہ پھیکا اور بے رونق ہو جاتا ہے۔ چلتے چلتے دم پھول جاتا ہے۔ بدن گرا ہوا اور ٹوٹا ہوا سا معلوم ہوتا ہے۔ غرض بے چاریوں کی زندگی وبال جان بن جاتی ہے۔

کثرت اسقاط سے مراد حمل کا قرار پا کر جنین کا ساتویں مہینے سے پہلے خارج ہو جانا ہے اس عمر کا بچہ زندہ نہیں رہ سکتا۔ اس کے بعد اور پورے دنوں سے پہلے وضع حمل ہو جانے کو قبل از وقت پیدائش کا نام دیا جاتا ہے۔ ان میں سے اکثر بچے زندہ رہتے ہیں اور بعض مر بھی جاتے ہیں۔ عموماً تین مہینے تک اسقاط زیادہ ہوتا ہے جب تک کہ پورش کے ویرج کا جرم رحم میں مضبوطی سے قائم نہیں ہو لیتا اکثر اسقاط کا خطرہ رہتا ہے۔ اور ابتدا میں تو وہ اس قدر قلیل المقدار ہوتا ہے کہ اس کا اخراج معلوم نہیں ہوتا۔ بار بار اسقاط ہونے سے صحت خراب ہو جاتی ہے جن خواتین کو بظاہر کوئی بیماری نظر نہ آتی ہو انہیں غور سے دیکھ کر خبر لینی چاہئے کہ وہ کہیں اس نامراد مرض کے پنجے میں تو گرفتار نہیں ہیں۔ اس کے اسباب مختلف ہوتے ہیں۔

لیکن اسقاط کی سب سے بڑی علامت عموماً اجرائے خون ہوتی ہے۔ اتفاقیہ تھوڑا سا خون نکل آنا خطرناک نہیں کہلا سکتا لیکن وصہ تک زیادہ خون کا نکلنا، رحم میں خراش اور تناؤ کا ہونا ٹھیک علامات نہیں ہیں خصوصاً اجرائے خون اور درد دونوں ہوں تو حمل قائم رہنے کی کوئی امید نہیں رہنی چاہئے۔

چند احتیاطیں

ایام حیض میں عورتوں کو مندرجہ ذیل ہدایتوں پر پورے طور پر کاربند رہنا چاہئے۔ ورنہ طرح طرح کے امراض میں مبتلا ہو کر انہیں نہ صرف خود تکلیف اٹھانی پڑے گی بلکہ علاج پر روپیہ لٹانے کے علاوہ گھر بھر کو پریشانی کا سامنا کرنا پڑے گا۔ (۱) ان ایام میں خاوند کے قریب نہ جائیں ورنہ پھر کثرتِ حیض کی شکایت آمنہ دکھائے گی۔ کیونکہ حیض کے ایام میں رحم خود پہلے ہی متورم ہوتا ہے پھر ایسی حالت میں جماع کرنے سے اس کی حالت اور بھی بگڑ جاتی ہے۔ ان دنوں میں جماع کرنے سے مرد کی طاقت بھی زوال پذیر ہو جاتی ہے اور اول تو حمل قرار ہی نہیں پا سکتا لیکن کارے قضا ایسا ہو بھی جائے تو بچہ دس روز سے زائد نہیں جی سکتا۔

خارجی سردی سے بچنا چاہئے کیونکہ احتباس طمث کی خرابی کے رونما ہونے کا اندیشہ ہے ان دنوں میں نہانا بھی بہ کلی منع ہے (یہ غلط خیال ہے۔ دراصل نہانے میں کوئی حرج نہیں البتہ پانی نیم گرم استعمال کرنا چاہئے ۔۔۔۔۔) نہیں تو آپ تکلیف اٹھانے کے علاوہ اولاد کو بھی

تکلیف اٹھانی پڑے گی۔ اگر مجبوراً نہانا ہی ہو تو نیم گرم پانی سے نہانا چاہئے۔ زیادہ ٹھنڈا اور زیادہ گرم دونوں پانی حائضہ کے لئے مضر ہوتے ہیں۔ بارش میں بھیگنا بھی اس کے لئے مضر ہے کسی قسم کا سنگار بھی نہ کرنا چاہئے۔ محنت کے کام سے بچنا چاہئے اور بآرام تمام لیٹے رہنا چاہئے۔ غذا زود ہضم اور قبض کشا کھانی چاہئے جیسے دودھ اور چاولوں کی بنی ہوئی کھیر، ترش، گرم اور کھاری چیزوں کے استعمال کی افراط بھی ٹھیک نہیں ہوتی۔ کیونکہ ایسا کرنے سے رحم میں بھی ترشی، گرمی اور کھاری پن پیدا ہو جاتا ہے۔ لیوکوریا (جریان الرحم) کی تیاری ہو جاتی ہے، اور وہ قرار حمل کے لائق نہیں رہتا۔ کیونکہ ترشی، گرمی اور کھارمیں پسرمے سے زوآ (حیوانات منویہ) زندہ نہیں رہ سکتے۔ بادی اشیا کے استعمال سے بھی پرہیز رکھنا چاہئے۔ ان دنوں بلندی اور سیڑھیوں پر جلدی جلدی چڑھنا بھی ٹھیک نہیں کیونکہ ایسا کرنے سے بعض اوقات رحم بے ٹھکانہ ہو جایا کرتا ہے زیادہ رنج اور بکثرت خوشی سے بھی بچتے رہنا ہی مناسب ہے۔

بعض عورتیں جب انہیں شروع جوانی میں حیض کا آغاز ہوتا ہے بڑی لاپروائی سے کام لیتی ہیں اور جوہڑوں وتالابوں میں جا نہاتی ہیں جس سے انہیں حیض کے درد اور قلت سے آنے کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ شرم کی وجہ سے وہ کسی کو اپنی تکلیف نہیں بتا سکتیں لیکن اس غلطی سے وہ دیر تک مختلف تکالیف میں مبتلا رہتی ہیں۔ اس لئے ماؤں کو اپنی بیٹیوں کا ایسی حالتوں میں ضرور خیال رکھنا چاہئے ۔

غریبوں کیلئے آسان نسخے

(ایم اے انصاری)

بیماری جس طرح امیروں کو ہوتی ہے اسی طرح غریبوں کو بھی ہو جاتی ہے۔ فرق صرف اتنا ہے کہ امیروں کے لئے تو ڈاکٹر اور حکیم ہر جگہ موجود ہیں اور وہ اپنی دولت کے بل بوتے پر اچھے سے اچھا اور قیمتی سے قیمتی علاج بھی کر گذرتے ہیں لیکن غریب اور بے مایہ لوگ بے چارے دیکھتے کے دیکھتے ہی رہ جاتے ہیں آج کل کے حکیم اور ڈاکٹر بھی عام طور پر جب نسخہ لکھنے بیٹھتے ہیں تو وہ اتنا قیمتی اور کثیر الاجزا نسخہ لکھتے ہیں کہ کوئی غریب اس کا متحمل نہیں ہو سکتا۔ اطباء اب قلیل الاجزاء اور مفرد اشیاء کو بھولتے جاتے ہیں کہ یہ بھی قدرت کا ایک بہت بڑا انعام تھا۔ وہ اپنی شان اسی میں سمجھتے ہیں کہ بڑے بڑے لمبے چوڑے نسخے لکھیں اور اس طرح اپنی علمیت وقابلیت کا اظہار کریں۔ ورنہ جو تاثیر قدرت نے مفرد اشیاء میں رکھی تھی وہ مرکبات میں نہ تھی۔ اسی لئے تو متقدمین کے ہاں یہ اصول مانا گیا تھا کہ "طبیب کامل وہی ہے جو تشخیص بالقیافہ اور علاج بالمفردات کرے۔" مگر اب تو علاج بالمفردات بالکل چھوٹتا چلا جا رہا ہے۔ حالانکہ اس زمانے میں دیہات اور قریہ جات میں اس کی اشد ضرورت ہے۔ کیونکہ وہاں نہ تو قابل اطباء ہی مل سکتے ہیں اور نہ ادویات فراہم ہو سکتی ہیں۔

ہندوستان جو بدقسمتی سے سو سال سے مغربی رہزنوں کے تیر نظر کا نشانہ بنا ہوا ہے جہاں انگلستان سے زیادہ قیمت پر اشیائے خورد و نوش فروخت کی جا رہی ہیں۔ جہاں کے باشندے پیٹ بھر روٹی اور تن ڈھکنے کے لئے کپڑوں تک سے محتاج نظر آ رہے ہیں۔ وہاں ہمارے اطباء کرام کے فرمائش کردہ یہ لمبے لمبے نسخے کون استعمال کرے گا؟ نیز اقتصادی نقطۂ نگاہ سے بھی ہماری حالت اس امر کی مقتضی ہے کہ ہم ملک میں قلیل المقدار اور کثیر المنافع اشیاء کو فروغ دیں۔ بناء بریں ہم ذیل میں کچھ ایسے چٹکلے اور آسان نسخے درج کئے دیتے ہیں جو ہمارے ذاتی طور پر تجربہ شدہ ہیں اور اکثر اطباء کے بھی تصدیق کردہ ہیں۔ امید کہ ناظرین خود ان سے استفادہ حاصل کریں گے اور عندالضرورت اپنے احباب کو بھی بتاتے رہیں گے۔

(۱) اگر درد سر گرمی کی وجہ سے ہو تو صندل سفید سبز دھنیے کے پانی یا پوست خش خاش کے پانی یا گلاب میں گھس کر پیشانی پر ضماد کرنے سے آرام ہو جاتا ہے۔

(۲) درد سر کے لئے عام طور پر یہ نسخہ بھی مفید ثابت ہوا ہے خصوصاً جب کہ وہ احتباس بلغم یا نزلہ بند ہو جانے کی وجہ سے واقع ہوا ہو۔

نوشادر ایک تولہ، اَن بجھا چونہ ۲ تولہ باہم پیس کر شیشی میں بند کر لیں اور ضرورت کے وقت تھوڑا سا ناک میں سعوط کریں، سونگھیں، اس سے چھینکیں آئیں گی، اور درد سر کو آرام ہو جائے گا۔

(۳) اگر کسی کا گلا بیٹھ جائے یعنی آواز بند ہو جائے تو اسے خولن جان یا کبابہ منہ میں رکھ کر چبانا چاہئے اس کا لعاب اندر جانے سے آواز صاف ہو جائے گی۔

(۴) اگر کسی کو شب کوری (اندھراتا) کا مرض ہو تو اسے ایک ماشہ نک چھکنی باریک پیس کر ۲ ماشہ روغن بنفشہ میں حل کر کے رات کو روزانہ بطور نسوار دیجئے۔ ایک ہفتہ کے اندر ہی اندر مرض کا نام ونشان نہ رہے گا۔

(۵) بارہ سنگھا کا سینگ عورت کے دودھ میں گھس کر سلائی سے آنکھ میں لگانا، دھند، غبار، جالا اور پانی آنے کے واسطے ازحد مفید ہے۔

(۶) اگر کسی کو شیرہ (گوہانجنی) ہو جائے تو اسے مغز تخم املی پتھر پر گھس کر گوہانجنی پر ضماد کر دینا چاہئے۔ اس سے فوراً ٹھنڈک پڑ جائے گی اور پھر آئندہ بھی یہ مرض کبھی نہیں نمودار ہوگا۔

(۷) گوہانجنی کے لئے کیسر ایک رتی منقہ کے ایک دانے میں باریک پیس کر ضماد کرنا بھی ازحد مفید ثابت ہوا ہے۔

(۸) اگر کسی کو ککروں کی شکایت ہوجائے تو اسے چاہیئے کہ کتھہ سفید ۲ ماشہ باریک پیس کر ایک رتی روزانہ آنکھوں میں ڈال دیا کریں۔ چند ہی دنوں میں ککرے اکھڑ جائیں گے اور ہمیشہ کے لئے آرام ہوجائے گا۔

(۹) اگر کسی کو درد کان نے بے قرار کر رکھا ہو تو اسے ایک رتی افیون لے کر عورت کے دودھ میں حل کرکے نیم گرم کان میں ڈالنی چاہیئے۔ فوراً ہی تسکین ہوگی۔ بڑی ہی مفید چیز ہے۔

(۱۰) کوڑی زرد رنگ ۲ تولہ لے کر آگ میں سوختہ کرکے پیس لیں اور شیشی میں محفوظ رکھیں۔ ایک رتی یہ دوائی گھی میں حل کرکے ناک میں چڑھانا نکسیر کے لئے اکسیر ہے خواہ کتنی ہی دیرینہ شکایت کیوں نہ ہو اس سے فوراً آرام ہوجائے گا۔

(۱۱) ملتانی مٹی ایک تولہ لے کر رات کے وقت کسی مٹی کے کورے برتن میں آدھ سیر پانی ڈال کر بھگو دیں اور صبح نتھار کر نکسیر کے مریض کو پلائیں چند ہی دنوں میں برسوں کی چلتی ہوئی نکسیر بھی بند ہوجائے گی۔

(۱۲) دانت کے درد کے لئے اس سے بہتر دوا کا ملنا مشکل ہے۔ تمباکو قسم اول مرچ سیاہ، گیرو سرخ مساوی الوزن لیں۔ اور کوٹ کر شیشی میں بند کریں۔ عندالضرورت دانتوں پر ملیں اور آدھ گھنٹے بعد کلی کرلیں ہر قسم کے درد دانت کے لئے بے خطا دوا ہے۔

(۱۳) اگر کسی کے دانت ہلتے ہوں تو اسے کیکر کی چھال ۲ تولہ ترنجبیل ۳ ماشہ لے کر باریک پیس کر دونوں وقت دانتوں پر ملنا چاہیئے ہلتے ہوئے دانت مضبوطی سے جم جائیں گے بے نظیر سنون ثابت ہوا ہے۔

(۱۴) کاکڑا سینگی کوٹ چھان کر شہد میں حل کر کے گولیاں بنالیں اور ایک ایک گولی منہ میں رکھ کر چوسیں۔ کھانسی کے لئے بے ضرر اور نہایت مفید چیز ہے۔

(۱۵) ہالوں ۲ تولہ باریک پیس کر ۶ تولہ شہد میں حل کریں اور صبح و شام چاٹا کریں بلغمی کھانسی کے لئے ازحد مفید ہے۔

(۱۶) پرانی کھانسی اور کالی کھانسی کے لئے یہ نسخہ مجرب ہے:۔ سونٹھ، نیم، بڑیاں، کاکڑا سینگی، پیپلا مول، تینوں ایک ایک تولہ باریک پیس کر شہد خالص میں ملائیں اور دن میں تین مرتبہ ۶-۶ ماشہ چٹائیں۔

(۱۷) ہر قسم کی بدہضمی، معدے کی کمزوری اور درد شکم وغیرہ کے لئے یہ چورن از حد مفید ثابت ہوا ہے تیار کر رکھیے تاکہ ضرورت کے وقت کام آئے نوشادر، الائچی سبز، نمک سیاہ، مرچ سیاہ، مساوی الوزن کوٹ چھان کر ماشہ ۲ ماشہ استعمال کیا جائے۔

(۱۸) ہیضہ کے مریض کو پیپتہ ایک رتی سے ۲ رتی تک گلاب میں گھس کر تین تین چار چار گھنٹے کے بعد پلاتے رہنا ازحد نفع بخش ثابت ہوا ہے۔

(۱۹) مور کے پر جلا کر ان کی راکھ شہد میں حل کر کے چٹانا ہچکی کو فوراً بند کرتا ہے۔

(۲۰) گل دھاوا ۶ ماشہ، سوچرس ۶ ماشہ پانی میں جوش دے کر اور چھان کر پیچش کے مریض کو پلانا پیچش کے لئے نافع ہے۔

(۲۱) برگ نیم ایک تولہ کو پانی میں گھوٹ چھان کر پلانا طاعون کے لئے نہایت مفید ہے۔ نیز کچلہ نیم کے پتوں کے پانی میں پیس کر طاعون کی گلٹی پر ضماد کرنا ازحد نافع ثابت ہوا ہے۔

(۲۲) دنبل پر چونے کو تلوں کے تیل یا انڈے کی سفیدی میں ملا کر ضماد کریں تحلیل ہو جائے گا اور بڑھنے نہیں پائے گا۔

(۲۳) اگر کسی کو پیشاب زیادہ آتا ہو یا رات کو سونے کی حالت میں نکل جاتا ہو، تو اسے تخم حرمل (اسپند) بقدر ایک ماشہ سوتے وقت نیم گرم پانی سے کھلا دیجئے چند ہی یوم کے استعمال سے بالکل آرام ہو جائے گا۔

(۲۴) اگر کسی کا بدن آگ سے جل جائے تو اصل ہینگ لے کر پانی میں حل کریں اور مرغی کے پر سے جلی ہوئی جگہ پر لگادیں اور تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد یہی ہینگ لگاتے رہیں۔ ایسا کرنے سے آبلہ نہیں پڑے گا اور انشاء اللہ تعالیٰ فوراً آرام ہوگا۔

(۲۵) گیہوں کے دانے منہ میں چبا کر بال توڑ پر لگانا بہت نافع ہے۔

ہیضہ کا یونانی علاج

(از جناب حکیم حامد حسین صاحب لاہوری)

اس مرض میں مواد سمیہ فاسدہ حرکت میں آیا کرتے اور اسہال کے طور پر خارج ہوتے ہیں بعض دفعہ اس میں صرف اسہال سے مادہ خارج ہوا کرتا ہے اور بعض اوقات قے اور اسہال دونوں طریق سے اور بعض اوقات بند ہیضہ ہوا کرتا ہے یعنی اسہال اور قے نہیں ہوتی۔

اس مرض کا سبب یہ ہے کہ جب غذا معدہ میں کسی وجہ سے ہضم نہیں ہوتی اور فاسد و متغیر ہو جاتی ہے تو وہ قوت دافعہ کی تحریک سے دفع ہو جاتی ہے۔ اور اس کے ساتھ جسم کے دیگر غیر منہضمہ مواد نیز اخلاط صالح بھی متحرک ہو کر نکلنے لگتے ہیں۔ ہیضہ میں جس قسم کے مواد کا غلبہ پایا جاتا ہے اسی طرف ہیضہ کو منسوب کر دیتے ہیں مثلاً صفراوی، بلغمی، اور سوداوی، جن ایام میں عفونت ہوا کے باعث اس بیماری کا وقوع عام طور پر ہوا کرتا ہے اسے ہیضہ وبائی کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔

ہیضہ کیلئے مجرب نسخہ جات

(۱) نسخہ حبوب:- جو ہیضہ کی ہر حالت میں مفید اور مجرب ہیں (صفحہ) آک کے گل ناشگفتہ، سہاگہ بریاں، قرنفل گلدار، زنجبیل دارفلفل، نمک سیاہ ہموزن۔ ایک ایک گولی جوشاندہ لونگ و بڑی الائچی سے دیں، (نوٹ) اگر پیٹ میں نفخ زیادہ ہو تو ایک دم چار گولیاں دی جا سکتی ہیں۔

(۲) یہ گولیاں بھی اکسیر و بے نظیر ہیں لیکن ان کو ابتدائی حالت میں نہ دینا چاہئے۔ بلکہ جب قے اور دست کافی ہو چکے ہوں تو یہ گولی دینے سے فوراً آرام ہو جاتا ہے۔ دارفلفل، فلفل سیاہ، تخم مرچ سرخ، جاوتری، دارچینی، دانہ الائچی خورد، قرنفل گلدار، گل ناشگفتہ مدار، کافور دیسی، زعفران، افیون، ہموزن لے کر کوٹ پیس کر عرق پیاز سے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں اور مریض کو پانچ دس منٹ کے وقفہ سے ایک ایک گولی عرق گلاب سے دیں۔

(۳) نوشادر، گیرو، کالی مرچ ہر ایک ایک تولہ، سب کو برانڈی ایکشا ۱ ایک پاؤ میں کھرل کر کے حبوب بقدر دانہ نخود بنائیں ایک یا دو گولی کھانے ہی سے آرام ہو جاتا ہے۔ دست

اور قے بند ہو کر فوراً بخار ہو جاتا ہے۔ اگر گھنٹہ بھر کے اندر آرام نہ ہو تو دوسری گولی دینی چاہئے جو شاہ زہ
لونگ اور الائچی یا عرق گلاب وغیرہ بدرقہ مناسب سے دینی چاہئے۔ مجرب ہے۔

(۴) بول (پیشاب) انسان ۵ تولہ، عرق پیاز ۵ تولہ، دونوں کو ملا کر پلانے سے سخت سے سخت ہیضہ بھی دور ہو جاتا ہے۔ (نوٹ:۔ دوسری ادویہ میسر نہ آنے کی صورت میں یہ نسخہ نمبر (۴) استعمال کیا جا سکتا ہے۔ مذہبًا استعمال جائز نہیں)۔

(۵) ہینگ بریاں ۳ ماشہ، مرچ سیاہ ایک ماشہ، افیون ۴ رتی، کافور دیسی ۴ رتی، کھرل کرکے ۱۲ گولیاں بنائیں۔ تین تین گھنٹے بعد ایک ایک گولی عرق پودینہ اور عرق الائچی کیساتھ دیں ۴ گولیوں سے انشاءاللہ آرام ہو جائے گا۔

(۶) پیاز ایک عدد، مرچ سیاہ ۷ دانے، کونڈی میں ڈال کر نیم کے ڈنڈے سے گھوٹیں کہ خوب باریک ہو جائے۔ بغیر چھانے ہی مریض کو بقدر مناسب پلائیں۔ فوراً ہی دست و قے بند ہو کر آرام ہوتا ہے بے چینی جاتی رہتی ہے اور مریض کو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ کسی نے جلتی آگ پر پانی ڈال دیا۔ ہیضہ کی نازک سے نازک حالت میں اس دوا سے فائدہ ہوتا دیکھا گیا ہے۔

(۷) چونہ خام خوردنی ۹ تولہ، نوشادر معدنی ۳ تولہ، ہر دو کو ایک قلعی دار ظرف میں ڈھائی سیر پانی میں ڈال دیں۔ نوشادر کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کریں تمام رات ہر دو ادویات پانی میں تر رہیں۔ صبح کو ان کا آب زلال لے لیا جائے اور اس میں ۱۰ عدد کاغذی لیموں کا عرق ڈالا جائے۔ ۲ سے ۴ تولہ تک اس کی مقدار خوراک ہے۔ ایک ہی یا زیادہ سے زیادہ ۲ خوراک میں آرام آجاتا ہے۔ دو یا تین گھنٹے بعد دوسری خوراک دینی چاہئے۔ من الاسرار۔

(۸) چوک کا رس ایک پاؤ، روغن کنجد ایک پاؤ، سفوف قسط شیریں ایک تولہ، نمک سنگ ۳ ماشہ، دارچینی ۳ ماشہ، عود ۳ ماشہ، بچھ ۳ ماشہ، سب کو ملا کر آگ پر رکھیں جب صرف تیل باقی رہ جائے چھان کر اس میں ۳ ماشہ سفوف جائفل حل کرکے رکھ لیں۔ مریض کے جسم پر اس کی مالش کرنے سے بائی کی وجہ سے جو تشنج ہوتا ہے وہ رفع ہوکر اندرونی گرمی عود کر آتی ہے۔ کیونکہ ہیضہ میں بخار ہوجانے سے اس کا اثر زائل ہوجاتا ہے۔

تشنگی: تشنگی کی حالت میں مریض کے لئے عرق گلاب سے بہتر کوئی چیز نہیں ہے اگر تشنج نہ ہو تو برف کا پانی دینا بھی مفید ہے یا عرق بادیان، عرق پودینہ پلائیں کاغذی لیموں کا رس چوسائیں۔ پیپرمنٹ واٹر بھی اچھی چیز ہے۔

غفلت و بے ہوشی: صندل عرق گلاب میں گھس کر سرکہ ملا کر اس میں کپڑا تر کرکے مریض کی پیشانی پر رکھیں۔ بکری کے دودھ کی مالش ہتھیلیوں پر کریں اور موقع ہو تو سینگیاں کھچوائیں۔ غفلت و بے ہوشی کے لئے مفید ہے۔

غشی: اگر مریض کو قے کی اشتداد سے غشی پیدا ہوجائے اور بیتی بند ہوجائے تو ایسی حالت میں سرد پانی کے چھینٹے منہ پر ماریں۔ پنڈلیوں اور بازوؤں کو کس کر باندھیں۔ ہاتھ پاؤں کی ہتھیلیاں اور تلوے سہلائیں۔ کافور عرق گلاب میں ملا کر منہ اور سینہ پر چھڑکیں۔ نارجیل دریائی یا جدوار خطائی عرق گلاب میں گھس کر دانتوں پر ملیں۔

ہچکی:۔ اگر مریض کو ہچکیاں آنے لگیں تو عرق گلاب اور عرق سونف نیم گرم پلائیں، سفید الائچی کے چھلکے بجائے تمباکو کے چلم میں رکھ کر حقہ کے ذریعہ پلائیں۔ عرق بید مشک میں سکنجبین لیموں ملا کر پلائیں۔

نفخ شکم:۔ اگر مریض کے پیٹ میں ابھارہ وغیرہ پیدا ہو جائے تو گلاب اور نمک سیاہ سے رومال تر کر کے پیٹ کو سینکیں۔ پیپرمنٹ آئل شکر میں ملا دیں۔ پودینہ، گل سرخ، زیرہ اور نمک پیس کر پوٹلی میں باندھ کر گرم کر کے پیٹ سینکیں۔

خفقانیت:۔ کافور، عرق گلاب، عرق کیوڑہ، عطر موتیا، عطر خس آپس میں ملا کر مریض کو سونگھائیں —— **سرسام**:۔ سبوس گندم، شورہ قلمی، برگ کنار خاکسی پانی میں جوش دے کر پاشویہ کریں۔ گرم پانی میں مریض کے پاؤں رکھوائیں۔ اور خاکسی باریک پیس کر مریض کے دست و پا پر ملیں۔

میس بول، کباب چینی پانی میں جوش دے کر دہ پانی مریض کو بلائیں۔ گردوں کے مقام پر گل ٹیسو یا تارپین تائن سے ٹکور کرائیں۔ بعض ڈاکٹر ۵ - ۲۰ بوند (قطرے) ٹنکچر کینتھر یڈیس پانی میں ملا کر مریض کو پلاتے ہیں۔

واضح رہے کہ ہیضہ کے مرض میں مریض کا پیشاب بند ہی نہیں ہو جاتا بلکہ وہ بنتا ہی نہیں۔ گاہے گاہے پیشاب بنتا بھی ہے مگر مثانہ کی گردن کے فالج کے باعث اتر نہیں سکتا، گوکھرو کا خیسانده دینے سے بھی پیشاب کھل جاتا ہے۔

غذا جب تک طبیعت صاف نہ ہو جائے۔ غذا قطعی نہ دینی چاہیئے۔ قے اور دست بند ہو جانے کے بعد ساگودانہ یا ارا روٹ، روح گلاب اور بیدمشک سے معطر کر کے مریض کو دینا چاہیئے (بہ شرطیکہ بھوک خوب لگی ہو) مرغ کا شوربہ بھی دیا جا سکتا ہے۔ مربہ بہی، مربہ سیب، ذراسی الائچی چھڑک کر دینا چاہیئے۔ جب معدے کی حالت بالکل درست ہو جائے تو لطیف اور زود ہضم غذا دینی چاہیئے۔

نوٹ:۔ اس میں یہ امر بالخصوص قابل لحاظ ہے کہ جب تک قے اور اسہال کا تمام مادہ خارج نہ ہو جائے۔ قابضات کے استعمال سے احتراز کرنا چاہیئے کیونکہ زہریلے مادے کا احتباس دل و دماغ اور دیگر اعضاء کی طرف سرایت کر جانے کے باعث سخت خطرناک بلکہ مہلک ہوتا ہے + فقط۔

ریگ ماہی یا ریت کی مچھلی

رشحاتِ قلم عالی جناب شمس الحکما حاذق الملک علامۃ الحکما شیخ المعالجات پروفیسر حکیم ڈاکٹر محمد عبد الشکور صاحب شاہجہان کلکتہ (ماہر فن طب یونانی، ہومیوپیتھی، ایلوپیتھی)

ماہیت ریگ ماہی یا ریت کی مچھلی اگرچہ اسے اطبائے قدیم مچھلی کے نام سے نامزد کرتے چلے آئے ہیں مگر اس کی شکل و شباہت مچھلی سے بالکل جداگانہ ہے۔ اس کی شکل ٹھیک چھپکلی کے مانند ہوتی ہے اس کا سر اور اس کے دونوں ہاتھ اور دونوں پیر اور دُم بالکل چھپکلی کی سی ہوتی ہیں۔ مگر یہ مچھلی اس لئے نامزد کی گئی ہے کہ یہ ماکول یعنی کھائی جاتی ہے۔ اور مچھلی ہی جیسی اس کی فطرت ہوتی ہے اور یہ مچھلی ریت یعنی بالو یا سینڈ پر اس طرح رینگتی ہے جس طرح مچھلیاں پانی میں تیرتی ہیں اس کی پشت پر سنہری اور بھوری لکیریں ہوتی ہیں جو نہایت خوب صورت معلوم ہوتی ہیں۔ ملک شام سے یہ مچھلی آتی ہے اس کے شکاری اس کا پیٹ چاک کر کے غلاظت وغیرہ صاف کر کے اور بالکل خشک کر کے ہندوستان بھیجتے ہیں مگر خشک ہونے کے بعد بھی اس کی خوب صورتی ویسی ہی قائم رہتی ہے جیسی زندہ میں رہتی ہے بلکہ چمک اور خوبصورتی خشک ہونے کے بعد زیادہ ہو جاتی ہے دیکھنے میں نہایت بھلی اور جاذب نظر ہوا کرتی ہے ہندوستان کے تمام یونانی دوافروشوں اور عطاروں کے ہاں دستیاب ہوتی ہے اور بکثرت مغلظ منی اور محرک باہ اور ممسک نسخوں میں طبیب اسے استعمال کرواتے ہیں خصوصاً طلا ماذریوتی کے نسخوں میں زیادہ مستعمل ہے۔ صاحب مخزن الادویہ کلاں اور حضرت شیخ الرئیس نے اس کے دو نام تجویز کئے تھے جو آج تک مشہور ہیں "سمکۃ الرمل" اور "سمکۃ الدیک" مگر معنی دونوں کے ایک ہیں۔ سمک معنی مچھلی اور رمل و دیک کے معنی ریت یعنی بالو کے ہیں یعنی بالو یا ریت کی مچھلی۔ مگر بعض اطبا کا اختلاف ہے کہ شیخ الرئیس نے اس کا نام سمکۃ البتوک رکھا تھا یعنی بتوک کی مچھلی۔ بتوک ایک قریہ ہے ملک شام میں شہر صید کے قریب اس لئے شیخ الرئیس نے اس کا نام بتوک کی مچھلی یا سمکۃ البتوک تجویز فرمایا تھا مگر صاحب مخزن الادویہ فرماتے ہیں کہ شیخ ذکریا رازی نے اس کا نام سمکۃ الصید تجویز فرمایا تھا۔ صید ملک شام کے اس مقام کا نام ہے جہاں یہ مچھلی پائی جاتی ہے۔ اس لئے قدیم اطبا اسے سمکۃ الصید کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ غرضکہ عربی میں اس

کے چار نام (۱) سمک ارمل (۲) سمک الصید (۳) سمک الدیک (۴) سمک البنوک مروج ہیں

خوارق وعادات

سال کے گیارہ مہینے تک یہ مچھلیاں بالوریت کے بڑے بڑے خولوں میں گھسی رہتی ہیں اور ماہ شباط کے گیارھویں روز نرو مادہ سب کے سب اپنے اپنے بلوں یعنی ریت کے خولوں سے ریت پر (باہر) نکل آتے ہیں۔ اور نرو مادہ آپس میں بے حد جماع کرتے ہیں۔ صاحب مخزن لکھتے ہیں کہ یہ مچھلیاں بالکل انسانوں کی طرح مجامعت کرتے ہیں پہلے بوس وکنار بعدہٗ سارا عضو دہن سے کرتے ہیں اور اس قدر شہوت زدہ ہوتے ہیں کہ پروانے کی طرح ماداؤں پر نثار ہونے لگتے ہیں۔ محققین کا خیال ہے کہ یہ مجلس کیف وسرور، عیش ونشاط ۱۵ روز تک قائم رہتی ہے ۱۵ روز تک نر بالکل بے دم یا نیم جان ہوجاتے ہیں ساری مستی دفع ہوجاتی ہے اور ہیجان ختم ہوجانے کے بعد نروں کے کان کی لو سے ایک رطوبت نکلنے لگتی ہے اور وہ چشمۂ تول میں جو قریہ بتوک شہر صید (ملک شام) کے قریب ہے آہستہ آہستہ رینگتے ہوئے گر پڑتے ہیں اور دن بھر اس چشمہ میں خوب غسل بشاشت کرتے ہیں جب آفتاب غروب ہوچکتا ہے تو وہ آہستہ آہستہ پھر خشکی پر آجاتے ہیں اور ریت میں خوب لوٹ پوٹ اور اٹھکیلیاں کرتے ہیں۔ بعدہ اپنے اپنے سوراخوں (مسکنوں) میں داخل ہوجاتے ہیں مگر بے چارے ایسے بدقسمت ہیں کہ جب یہ غسل سے فارغ ہوکر خشکی پر آکر اپنے جسم کو ریت پر خوب رگڑتے ہیں اور اپنے تئیں خشک کرنا چاہتے ہیں بس اسی وقت اُن کے جان لیوا شکاری (موقع کی تلاش میں تو رہتے ہی ہیں) دم کے دم میں آموجود ہوتے ہیں اور ایک باریک مضبوط جال میں پھانس کر اپنے اپنے گھروں میں لاتے ہیں اور ان کے پیٹ چاک

کرکے آلائش وغلیظ مادہ کو صاف کرتے ہیں اور خشک کرکے بالو میں لپیٹ کر ایک ماہ وصوب میں محفوظ رکھتے ہیں۔ بعدہ ملک شام کے باشندے یا شکاری ڈبوں میں بھر بھر کر ہندوستان کے مختلف شہروں میں بھیجتے ہیں اور اطبائے یونانی بکثرت اسے استعمال میں لاتے ہیں۔ اور یہ ان بے چارہ غریب مچھلیوں کا انجام بخیر ہوتا ہے۔ ان کے شکار کا خاص وقت بھی دہی ہے یعنی بعد غسل جنابت ورنہ اور دوسرے سادہ دنوں میں ان مچھلیوں کو ہرگز کوئی شکاری نہیں حاصل کرسکتا۔

افعال و استعمال

صاحب مخزن الادویہ کلاں و مخزن المفردات و مخزن جامع الادویہ و بستان المفردات متفق الرائے ہوکر اپنے اپنے مخزنوں میں لکھتے ہیں کہ یہ مچھلیاں نہایت ہی مقوی باہ، ممسک، مغلظ منی، دافع سرعت انزال و دافع نامردی اور عضو تناسل کی خرابیوں کو دور کرتی، باہ کو فوراً ہیجان میں لاتی اور لعوظ بڑھاتی ہیں غرضکہ امر باہ کے لئے نہایت بے نظیر اور قوی الاثر ہیں۔ باہ کو بڑھاتی ہیں۔ اسی لئے باہ کے نسخوں میں بکثرت مستعمل ہیں۔

اطبائے کرام کے ارشادات

(۱) محمد بن زکریا رازی۔ فرماتے ہیں کہ ریگ ماہی تمام ممسک و مبہی دوائیوں سے زیادہ قوی الاثر ہے اور باہ کی قوت کو فوراً حرکت میں لاتا ہے۔ قوت باہ کے کمزوروں کے لئے بے نظیر چیز ہے۔

(۲) انطاکی۔ بیان کرتے ہیں کہ میں نے کوئی جز ریگ ماہی سے زیادہ قوی الاثر اور مفید نہیں پایا جو اس قدر جلد لعوظ لاوے اور محرک باہ و مقوی باہ ہو۔

(۳) ابوسہل۔ فرماتے ہیں کہ ریگ ماہی محرک باہ و ممسک نسخوں کا خاص جز ہے، اس کے اثرات پہلے روز سے مریض معلوم کرسکتا ہے اور بے ضرر ہے۔

(۴) حکیم محمد واصل خان صاحب دہلوی۔ فرماتے ہیں کہ ریگ ماہی ان دوسری تمام دوائیوں سے جو مغلظ منی و محرک باہ ہوں۔ زیادہ قوی اور مفید ہے۔ خصوصاً میں اپنے محرک باہ خاص مجربات میں اسے استعمال کراتا ہوں اور ازبس مفید پاتا ہوں۔

(۵) حکیم محمد شریف خاں دہلوی۔ فرماتے ہیں کہ میں نے اپنے خاص مریضوں پر بہت سی ممسک وبہی دوائیں استعمال کرائیں مگر جس قدر امساک اور تقویت باہ کے لئے میں نے ریگ ماہی کو مفید اور زود اثر پایا کسی دوسری دوا کو نہیں پایا۔

(۶) فاضل قلانسی۔ لکھتے ہیں کہ میں نے بہ نسبت اور دواؤں کے ریگ ماہی کو بیحد مقوی باہ و ممسک و منعوظ آور پایا اور میں تمام مقوی ادویات سے اسے بہتر اور مفید خیال کرتا ہوں اور اس میں کچھ مضرت نہیں۔

(۷) حکیم محمد اکمل خاں دہلوی۔ بیان کرتے ہیں کہ میں نے جن نسخوں میں ریگ ماہی کا اضافہ کیا ان کو بے حد قوی الاثر بے نظیر ممسک اور مقوی باہ و مولد منی افزائش باہ پایا۔

(۸) شیخ الرئیس بوعلی سینا۔ کا قول ہے "اگر تمام دوائیں قوت باہ کی ناکام ثابت ہوں اور مریض ایک دم گیا گذرا ہو تو ایک نسخہ محرک باہ ادویات کا تجویز کر کے اس میں ریگ ماہی شامل کریں اور مریض کو کھلائیں۔ انشاء اللہ باہ میں اس قدر ہیجان عظیم پیدا کرے گا، اور شہوت کو اس قدر برانگیختہ کرے گا کہ مریض نئی زندگی کے ولولے اپنے دل میں محسوس کرے گا میں نے آزمایا ہے بے حد مجرب ہے۔"

(۹) حکیم کاظم علی خاں۔ فرماتے ہیں کہ جب تمام مفردات اور مرکبات قطعی ناکامیاب ثابت ہوں تو طبیب کو چاہیئے کہ ایک نسخہ مقوی باہ اور ممسک ادویات کا تجویز فرمائیں اور اس میں ریگ ماہی اضافہ کریں بس نوزادہ دوا تریاق الاثر اور عجیب الفعل ہو جائے گی۔ اور باہ کو برانگیختہ کرنے میں اپنا ثانی نہیں رکھے گی۔

(۱۰) حکیم محمد فیروز الدین صاحب۔ فرماتے ہیں کہ ہمارے تمامی نسخے خواہ طلا کی شکل میں یا حبوب یا سفوف کی شکل میں ہوں اور امراض باہیہ کے لئے مخصوص ہوں تو سمجھ لینا چاہیئے کہ اس نسخہ کا جزو اعظم ریگ ماہی ہے۔ ریگ ماہی بے حد ممسک و محرک باہ، مغلظ منی اور نعوظ آور ہے۔

(۱۱) شیخ نصیر الدین طوسی۔ ریگ یا سمکۃ الرمل نہایت مقوی باہ و نعوظ آور ہے اور محرک باہ اور مسہی بھی ہے۔

(۱۲) علامہ سدید الدین الگازونی۔ سمکۃ الرمل یا ریگ ماہی اعلیٰ درجہ کی مقوی اعصاب اور مقوی مثانہ و گردہ ہے اور نہایت زبردست ممسک ہے باہ آور اور مغلظ منی ہے۔

(۱۳) حکیم محمد حسین علوی۔ ہمارے ذاتی مجربات میں ریگ ماہی یا سمکۃ الرمل کی حیثیت سب سے اول ہے اور میں عموماً ریگ ماہی ان نسخوں میں دیتا ہوں جن کو زیادہ قوی اور یکدم مؤثر بنانا مقصود ہوتا ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ ریگ ماہی فوراً باہ کو ہیجان میں لاکر جستی و خواہش جماع پیدا کرتی ہے۔

(۱۴) حکیم علی ابن منصور۔ میرے نزدیک سمکۃ الرمل بہترین ممسک مقوی باہ اور ہیجان پیدا کرنے والی دوا ہے اور اپنے فعل میں لاجواب ہے۔

(۱۵) شیخ علامہ قرشی۔ میں نے بارہا سمکۃ الرمل برائے امساک و مقوی باہ مریضوں کو اور بھی دوسری دوائیوں کے ہمراہ اور بے حد مفید پایا۔

(۱۶) حکیم غلام حسین کنتوری۔ فرماتے کہ کسی طبیب کو اس میں کلام نہیں کہ ریگ ماہی ممسک و محرک باہ و منعوظ آور ہے۔

(۱۷) ابو ماہر موسیٰ۔ فرماتے ہیں کہ میں محرک باہ و مقوی باہ کے لئے اکثر مریضوں کو سمکۃ الرمل و دیگر ادویات کے ہمراہ کھلاتا ہوں اور بے حد مجرب و ہیجان آور پاتا ہوں۔

(۱۸) حکیم یوسف الحسینی۔ کہتے ہیں کہ بلا شک و شبہ سمکۃ الرمل ممسک و مقوی باہ ہے اس کا اثر فوری ہوتا ہے۔

(۱۹) ابوالحسن ابن عباس۔ فرماتے ہیں کہ میں نے جن حبوب، سفوف اور طلاؤں کے نسخوں میں ریگ ماہی یا سمکۃ الصید استعمال کیا بے حد مجرب پایا مقوی باہ ہے۔

(۲۰) احسان علی ابن نور علی۔ فرماتے ہیں کہ سمکۃ الرمل ریگ ماہی ممسک، مقوی باہ و مغلظ منی ہے (۲۱) حکیم ہادی حسین خاں علوی۔ فرماتے ہیں کہ میں نے ریگ ماہی کو اعلیٰ درجہ کا محرک باہ و ہیجان آور پایا ہے۔

(۲۲) حکیم ابوالنور نجمی۔ فرماتے ہیں کہ ریگ ماہی بدن کو فربہ کرتی ہے باہ لاتی ہے منی زیادہ پیدا کرتی ہے۔ خواہش جماع بڑھاتی ہے۔ سرعت انزال کو مفید ہے۔

ریگ ماہی کے مجربات چونکہ ناظرین رسالہ ہذا ہمارے مضامین اور مجربات اور صدری نسخہ جات نہایت قدر کی نگاہوں سے ملاحظہ فرماتے ہیں اور ہمیشہ حوصلہ افزائی فرماتے رہتے ہیں اس لئے میں بھی بلا بخل اپنے خاص مجربات آپ حضرات پر عیاں کرنے پر مجبور ہو جاتا ہوں۔ مندرجہ ذیل نسخے ہمارے سو فی صدی کامیاب مجربات میں سے ہیں، جو کبھی خطا نہیں کر سکتے۔ بنائیں اور کام میں لا کر بندہ کو مشکور فرمائیں۔

مفرح اعظم

اعضائے رئیسہ کو قوت دینے میں عجیب ہے خفقان اور ضعف باہ کو زائل کرتی معدہ اور ہاضمہ کو قوت دیتی خون کی اصلاح کرتی ریاح کو تحلیل کرتی، طاعون، ہیضہ، سوداوی امراض میں سودمند ہے۔ ترکیب استعمال: ۱۔ ماشہ یہ مفرح عرق گاؤزبان نسخہ گاؤزبان دیگر ۶ تولہ عرق عنبر ۶ تولہ، شربت عناب ۴ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ ۵ ر

سفوف کیف ونشاط تریاقی۔ ریگ ماہی ۹ ماشہ، موصلی سفید ۶ ماشہ، موصلی سیاہ ۶ ماشہ، مغز چلغوزہ دانہ ۹ ماشہ، عاقر قرحا اصلی ۹ ماشہ، تخم ریحان ۶ ماشہ، خولن جان شیرین ۵ ماشہ، بسباسہ ۶ ماشہ، جوزبوا ۶ ماشہ، خصیۃ الثعلب ۹ ماشہ، ثعلب مصری پنجہ ۹ ماشہ، شقاقل مصری ۹ ماشہ، برگ بیدمشک ۹ ماشہ، برگ اسپیت ۹ ماشہ، مشک خالص ۲ ماشہ، ان تمام ادویات کو خوب باریک کوٹ چھان کر عرق گلاب ۵ بار میں خوب کھرل کریں۔ جب عرق خشک ہو جائے تو دھوپ دکھا کر خوب خشک کرکے سفوف کو شیشی میں محفوظ رکھیں۔ مقدار خوراک ۳ ماشہ صبح ۳ ماشہ شام ایک پاؤ دودھ کے ہمراہ نوش فرمائیں صرف بارہ روز کے استعمال سے خوابیدہ جذبات میں عظیم الشان طوفان پیدا کر دیتا ہے اس کے استعمال سے رگوں و پٹھوں میں نئی زندگی اور غضب کی تیزی پیدا کر دیتا ہے۔ سرعت انزال کو دفع کرکے رکاوٹ پیدا کرتا ہے جریان و احتلام کا قلع قمع کرکے نئی جوانی بخشتا ہے جسم میں تروتازگی و فربہی و چستی لاتا ہے خواہش جماع کو بے حد بڑھاتا ہے مایوسین باہ کے لئے نعمت غیر مترقبہ ہے۔

ضماد استادگی و سرور افزا۔ ریگ ماہی ایک تولہ، جند بیدستر ۳ ماشہ، زعفران کشمیری ۳ ماشہ، عاقر قرحا اصلی ایک تولہ، قنطوریون دقیق ۹ ماشہ، گل ناگیسر خشک ۹ ماشہ، جونک خشک ۹ ماشہ، کیچوے خشک (خراطین مصفی) ۹ ماشہ، بیر بہوٹی ۹ ماشہ، گھونگچی سفید ۹ ماشہ، پوست بیخ کنیر ۹ ماشہ، مغز نجنشک نر ۵ عدد، قضیب گاؤ سوختہ کردہ ایک تولہ، مغز حب السمنہ ایک تولہ، مغز حب القلقل ایک تولہ، سبون پھلی ۹ ماشہ، ان تمام ادویات کو کوٹ کر مہین کپڑے میں چھان لیں بعدہ سوڈیم ایمائینو سلفونل ہاف ڈرام اضافہ کرکے اس کی بیس خوراکیں تیار کریں یعنی بیس حصوں میں تقسیم کریں۔ اور محفوظ رکھیں۔

ترکیب استعمال:۔ ایک خوراک (ایک حصہ) یہ دوا ایک تولہ الکوحل خالص میں لت کریں اور شب کو تنہائی میں اعضائے تناسل پر گاڑھا گاڑھا لیپ کر کے ایک گھنٹہ تک متواتر یوں ہی رہنے دیں ایک گھنٹہ بعد ایک چینی کے پیالے میں عضو تناسل کو مع اس لیپ کے جو لگا ہوا ہے ڈوبا ہوا رکھیں ۱۵ منٹ عضو کو باہر نکال کر کپڑے سے پونچھ لیں۔ اسی طرح یہ عمل بیس روز جاری رکھیں۔ اور رند کی قدرت کا تماشہ دیکھیں۔

فوائد:۔ یہ ضماد دنیا کے تمام طلاؤں سے افضل و اعلیٰ ہے اس کے ۲۰ روزہ استعمال سے کجی، خمی، لاغری، سستی، نامردی، رگوں کا ابھر آنا، پتلاپن، ٹیڑھاپن، بغیر آبلہ یا چھالہ کے دور ہوکر نامرد کو مرد بنا کر رگوں میں بجلی کی مانند قوت اور فولاد جیسی سختی پیدا کر دیتا ہے جن کو وقت پر سستی کے باعث شرمندگی اٹھانی پڑتی ہو ایسے مایوسوں کے لئے تو نعمت ہے وقتی ضرورت کے لئے فوراً سرخرو کر دیتا ہے۔ فوراً ایستادگی اور بلائی خیزی پیدا کر دیتا ہے۔ بڑھا ہو یا جوان دنگ رہ جاتا ہے ناکارہ سے ناکارہ آدمی بھی وقت پر کامیاب ہو جاتا ہے۔

دافع سرد مہری:۔ ریگ ماہی ۶ ماشہ، بسفائج فستقی ۶ ماشہ، تخم کنواچ ۶ ماشہ، سوہاگہ چوکیہ ۶ ماشہ، ان ادویات کو کوٹ کر کھرل میں ڈالیں اور سوڈیم ایمائینو سلفونیٹ ہاف ڈرام اضافہ کر کے خوب گھوٹیں جب مثل سرمہ کے ہو جائے شیشی میں محفوظ رکھیں۔ بس دوائی دافع سرد مہری تیار ہے۔ ترکیب استعمال:۔ وقت سے پہلے ذرا سی چٹکی چھڑک دینے سے عورت لذت سے بے تاب ہو جاتی ہے عورتوں کی سرد مہری کو دفع کر کے پر شہوت کر دیتی ہے۔ مغرور عورت اس کے بعد گرویدہ ہو جاتی ہے۔

جواہری

امراض سوداوی مثلاً آتشک و گٹھیا کے لئے ایک کامیاب اور نفیس دوا ہے آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا دونوں کے لئے بہت مفید ہے۔ رعشہ و فالج وغیرہ آتشک کے نتائج سے مریض کو محفوظ رکھتی ہے۔ ترکیب استعمال:۔ یہ دوا کیپسول میں محفوظ ہے اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہو سکے غذا میں دودھ مکھن وغیرہ کا استعمال حسب برداشت کرنا چاہئے۔ قیمت فی خوراک ایک آنہ (۱؍)

مُجرّبات

(جناب پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب منیا برج کلکتہ)

(۱) سفوف اکسیر امساکی

عاقرقرحا	۹ ماشہ
تخم دھتورہ سیاہ	۹ ماشہ
کائفل	۹ ماشہ
کبابہ خنداں	۹ ماشہ
تخم کنواچ	۹ ماشہ
جوزبوا	۹ ماشہ
بسباسہ	۹ ماشہ
پوست بیخ کنیر سفید	۹ ماشہ
مائیہ شتر اعرابی	۹ ماشہ
سمندر پھل	۹ ماشہ
قرنفل گلدار	۹ ماشہ
بیر بہوٹی	۹ ماشہ

تمام ادویات کو خوب اچھی طرح کوٹ چھان لیں
ایپائنیو سلفونیل ایک ڈرام
اضافہ کرکے اس کی ۲۰ خوراکیں بنائیں۔ بس
ایک خوراک سفوف اسا کی ایک تولہ الکوحل میں
حل کرکے عضو تناسل پر شب کو لیپ کردیں اور
ایک گھنٹہ تک یہ لیپ عضو تناسل پر لگا رکھیں
بعدہٗ ایک چینی کے پیالے میں ایک پاؤ گرم پانی
لے کر عضو تناسل کو اس میں ڈوبائے رکھیں
آدھ گھنٹہ بعد اساک ہوگا۔ بیس روز استعمال
کرنے سے پورا فائدہ ہوتا ہے۔

(۲) روغن عجیب و غریب

تخم جوز مائل سیاہ	۹ ماشہ
عاقرقرحا	۹ ماشہ
قسط تلخ	۹ ماشہ
سورنجان شیریں	۹ ماشہ
بوزیدان	۹ ماشہ
شنگرف رومی	۹ ماشہ
پارہ صفی کجلی کردہ ہمراہ گندھک آملہ سار	۹ ماشہ
فلفل دراز	۹ ماشہ
پارہ گجراتی	۹ ماشہ
برگ سنبے گنڈا	۹ ماشہ
برہمی بوٹی	۹ ماشہ

تمام ادویات کو علیحدہ علیحدہ کوٹ چھان کر (علاوہ
پارہ کجلی شدہ) کھرل میں ڈالیں۔ اس کے بعد

زردی بیضہ مرغ	۱۰ عدد
زردی بیضہ کبوتر	۲۰ عدد
یرمیکی	ہاف اونس

اضافہ کریں۔ بعدہٗ ایک لوہے کی کڑاہی میں

آب برگ گیندا	۱۰ ما
آب برگ حنا	۱۰ ما
روغن زیتون	۵ تولہ
روغن زرد	۱۱ ما
آب برگ لکائن	۱۰ ما

ڈالیں اور مذکورہ دوائیں اس میں ڈال کر نرم آگ پر کڑاہی کو چڑھا کر پکائیں جب تمام پانی جل جائے اور صرف تیل رہ جائے اس میں

سوڈیم امیائینو سلفونیل ایک ڈرام

اضافہ کر کے کپڑے میں چھان کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ ترکیب استعمال:۔ روزانہ رات کو جماع سے ایک گھنٹہ پیشتر یہ روغن پیر کے دونوں انگوٹھوں میں صرف انگلی سے چند قطرے لگائیں پس دبے ہوئے پوشیدہ جذبات فوراً ہی ابھر آئیں گے اور ۴ گھنٹہ تک امساک رہے گا۔

(۳) مرہم نکھارِ حسن

پٹاسیم برومائیڈ	سفوف لفاح
(ریبروح السنم)	پٹاسیم آیوڈائیڈ
سفوف تخم کنواچ	سفوف تخم اسپت

سفوف پوست ثمر انار ترش

تمام ادویات کو علیحدہ علیحدہ باریک کریں اور کپڑے میں چھان کر کھرل میں ڈالیں۔ ازاں بعد

چربی بط	چربی مرغ
پیہ شیر نر	روغن زیتون

ان چاروں چیزوں کو آگ پر پگھلا کر کھرل میں ڈال کر سفوف مذکورہ بالا ملا کر خوب گھوٹیں۔ جب مثل مرہم کے ہو جائے ایک چینی کی پیالی میں محفوظ رکھ چھوڑیں (نوٹ:۔ جب مرہم تیار ہو جائے اس وقت ولایتی عرق دھتورہ یعنی ٹنکچر ڈاٹورا اسٹرامونیم کے صرف ۳۰ قطرے ملا کر تب شیشی میں محفوظ رکھیں)۔

ترکیب استعمال:۔ روزانہ رات کو تھوڑا سا مرہم لیکر دونوں پستانوں پر لیپ کر کے رنیڈ کا پتہ رکھ کر انگیا پہن لیا کریں۔ صرف ۲۰ روز کے استعمال کے بعد گری ہوئی بدنما بھدی چھاتیاں نوک دار سخت اور کشوری نما نہایت خوب صورت ہو جائیں گی۔ پچاسیوں خواتین پر کامیاب تجربہ کیا جا چکا ہے۔ فخر طب چیز ہے۔

(از جناب حکیم گوپال داس پوری صاحب ملک پوری خادمی امرتسری)

(۴) بخاروں کے واسطے

یہ دوائی ہر قسم کے بخاروں کو اتارنے میں لاثانی ہے۔ انگریزی ادویات کونین یا اسپرین وغیرہ بھی بخار کو فوراً اتارتی ہیں لیکن ان سے مریض کو نہایت درجہ کی کمزوری ہو جاتی ہے بعض انگریزی دوائیں تو چڑھے ہوئے بخار میں دے بھی نہیں سکتے لیکن اس دوائی سے نہ تو کمزوری ہوتی ہے اور نہ بخار چڑھتا ہے۔ یہ نسخہ میرا سینکڑوں مریضوں پر آزمایا ہوا ہے۔ اگر اس دوائی سے پہلے مسہل دے کر یہ دوائی دی جاوے تو اکسیر بے نظیر ہے

منسل	۰۲ تولہ
قلمی چونا	۰۲ تولہ
گندھک آملہ سار مصفیٰ	۰۲ تولہ
سوہاگہ	۰۲ تولہ

ان ادویات کا باریک سفوف بنا کر ایک دن گھیکوار میں کھرل کرکے ٹکیہ بنا کر سکھائیں اور گل حکمت کرکے ۱۰ سیر اوپلوں کی آنچ دیں ٹھنڈی ہونے کے بعد باریک پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ آدھی رتی سے ایک رتی تک ہمراہ شربت شکر (جو کہ ذراسی کھانڈ پانی میں ملا کر اسی وقت تیار کر لیا جاتا ہے) کے ساتھ دینی چاہئے۔ ملیریا کے لئے بھی خاص دوا ہے بخار چڑھا ہوا ہو تو بھی دے سکتے ہیں کسی طرح کا کوئی نقصان نہیں ہو سکتا۔ (نوٹ:۔ یہ دوائی ۴ ماشہ کھانڈ ۱۰ تولہ رس ملا کر خوب کھرل کریں اب یہ دوائی بچوں کو بھی دی جا سکتی ہے۔ بچوں کے لئے مقدار خوراک آدھی رتی ہے۔

(۵) ٹنکچر آیوڈین

آیوڈم	۳ ڈرام
پوٹاسیم آیوڈائیڈ	۳ ڈرام
ایکوا ڈسٹلڈ (یا سادہ پانی)	۳ ڈرام
میتھلیٹیڈ اسپرٹ	۱۶ اونس

پوٹاسیم اور آیوڈم کو پانی میں حل کرکے بعد میں اسپرٹ ملائیں۔ اس کے فوائد سے بچہ بچہ واقف ہے۔ کار آمد اور مفید چیز ہے۔

(۶) انڈین ٹنکچر

پھٹکری سفید	ایک تولہ
سوہاگہ سیاہ	ایک تولہ
اسپرٹ	۱۵ تولہ
نیلا تھوتھہ	۴ رتی
ہلدی	ایک تولہ
سوہاگہ سفید	ایک تولہ

تمام اشیاء کو ملا کر رکھیں۔ ٹنکچر تیار ہے۔

(۷) عمدہ و آسان جلاب

جمال گوٹہ مقشر کھرل میں ڈال کر اس قدر کھرل کریں کہ سرمہ کے مانند ہو جاوے۔ بعدہٗ دوگنا مغز بادام ڈال کر ۸ گھنٹہ تک کھرل کریں کہ یک جان ہو جائے۔ بسکٹ کا وَ اندازہ کے مطابق

ڈال کر کھرل کریں۔ کھرل ہو جانے پر شیشی میں
بند کر کے حفاظت سے رکھیں۔ مقدار خوراک۔
۲ رتی سے ایک ماشہ تک ہمراہ آب سرد۔

(۸) سیلانی

مندرجہ ذیل نسخہ سیلان الرحم کے لئے اکسیر ثابت
ہوا ہے جس کے استعمال کے بعد آپ کو معلوم
ہو جائے گا کہ کیا نسخہ ہے باقی تعریف فضول ہے

چکنی سپاری	۴ تولہ
پیپل کی لاکھ	۴ تولہ
طباشیر	۲ تولہ
گیلک ایسڈ	۹ ماشہ
کشتہ مرجان	۸ ماشہ
کشتہ بیضہ مرغ	۶ ماشہ

اول الذکر ادویہ کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر
آپس میں ملائیں اور کھرل کریں بعدہ گیلک
ایسڈ اور کشتہ جات شامل کر ۲ گھنٹہ زوردار
ہاتھوں سے کھرل کریں۔ دوائی تیار ہے۔
۲ ماشہ صبح ۲ ماشہ شام ہمراہ شیر گز دیا کریں۔

(۹) حب معیہ سائلہ

شدید سے شدید کھانسی کو بے حد مفید ہے نزلہ
خواہ حار ہو یا بارد۔ دونوں کے لئے فائدہ مند ہے

افیون	ایک ماشہ
گوند کیکر	۲ ماشہ
کندر	۴ ماشہ
معیہ سائلہ	۴ ماشہ

پانی سے گھس کر دانہ باقلہ یا نخود سیاہ کے
برابر گولیاں بنالیویں۔ بچوں کو ½ گولی سے
نصف گولی تک حسب العمر اور نوجوانوں کو ایک
گولی گرم پانی سے ہر ۴ گھنٹہ کے بعد دے سکتے
ہیں۔ کھانسی کے لئے مجرب ہے۔

(۱۰) وجع الفواد

(الف) وجع الفواد کے لئے کوڑیوں کی دوائی
ہزار ہا روپے کا کام کرتی ہے۔ ہیرا ہینگ ایک
رتی منقہ میں گولی بنا کر مریض کو دیویں انشاءاللہ
۵ منٹ میں آرام ہو جاوے گا۔

(ب) بہت مفید اور مثل آب حیات ہے جبکہ
مریض دورے کے وقت بیہوش ہوتا ہے اس
حالت میں بہت مفید ہے۔

شیر شتر	۱۰ سیر
نمک لاہوری	۸ تولہ

ایک بڑی ہانڈی میں نمک کو باریک کر کے شیر
شتر میں ڈال کر نہایت نرم آنچ پر آہستہ آہستہ
پکائیں آنچ ذرا بھی تیز ہوگی تو فوراً ابال کھا جائیگا
جب گاڑھا ہونے کے قریب ہو تو زعفران ۶
ماشہ ملا دیں اور آنچ بالکل نکال دیں صرف کوئلہ
پر آہستہ آہستہ پکائیں جب حلوہ جیسا ہو جائے اتار
کر سایہ میں خشک کر کے باریک پیس کر شیشی میں
نگاہ رکھیں ڈاٹ مضبوط ہونی چاہئے۔ دو تین
برس تک کام دیتا ہے۔ ۲ ماشہ ہمراہ آب سرد
استعمال کریں۔ غذا:۔ گوشت روٹی۔ *

ہندوستانی غذائیں

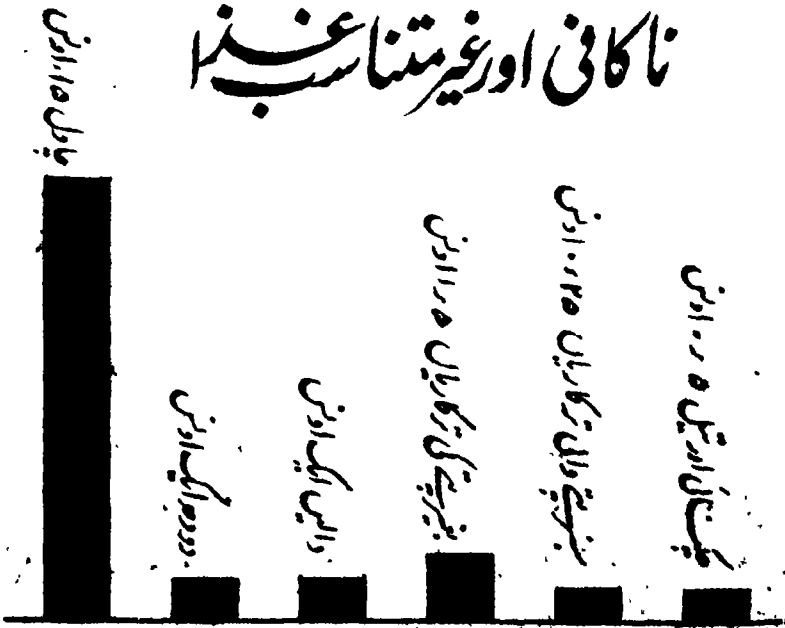
(بسلسلۂ ماسبق)

غذائی تحقیقات اور ترکیب

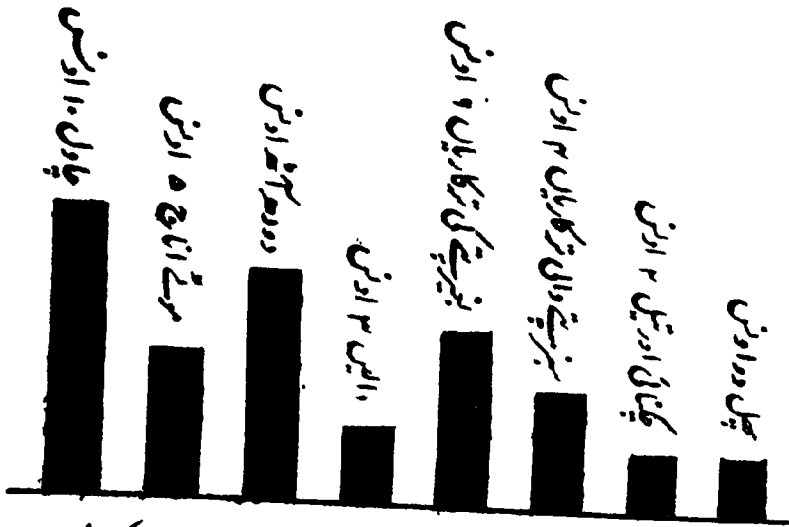
مندرجہ ذیل مثال کے ذریعہ واضح ہوجائے گا کہ غذا کو کیونکر بہتر بنایا جا سکتا ہے فرض کیجئے کسی ادارے یا انسانوں کے کسی گروہ کی خوراک کا نقشہ فی کس روزانہ حسب ذیل ہے۔

خوراک	مقدار	خوراک	مقدار	خوراک	مقدار	خوراک	مقدار
مشین کا صاف کیا ہوا چاول	۱۵٫۰ اونس	سبزی	۰٫۵	دال ارہر	۰٫۱ اونس	میٹھا تیل	۰٫۵۰
دودھ	۰٫۱۰ اونس	چولائی	۰٫۲۵	بینگن	۰٫۱ اونس		

یہ خوراک جیسا کہ نیچے دی ہوئی شکل میں ظاہر کیا گیا ہے، ناکافی اور غیر متناسب ثابت ہوئی ہے

ناکافی اور غیر متناسب غذا

اس خوراک میں ۷۰۰ کیلوریات یا حرارے عام جوان آدمی کی روزانہ ضروریات کے لئے کم ہیں،

"متناسب غذا"

چاول ۱۰ اونس
موٹے اناج ۵ اونس
دودھ ۸ اونس
دالیں ۳ اونس
بغیر پتے کی ترکاریاں ۱۰ اونس
سبز پتے والی ترکاریاں ۴ اونس
گھی اور تیل ۲ اونس
پھل ۲ اونس

اس خوراک میں ۲۶۰۰ کیلوریات یا حرارے عام جوان آدمی کی روزانہ ضروریات کے لئے پوری ہیں

نوٹ :- متناسب غذا میں چاول کے علاوہ موٹے اناج بھی شامل ہیں۔ اگر موٹے اناج کے بجائے آٹا تبدیل کردیا جائے تو خوراک کے توازن میں کوئی اصلی فرق نہیں پڑے گا
وہ خوراک جس میں زیادہ چاول ہوں اس میں اگر آٹے کا اضافہ کردیا جائے تو بہتر ہوگا۔

دیئے ہوئے نقشوں کی مدد سے اس غیر متناسب و ناکافی خوراک کی غذائیت معلوم کی جاسکتی ہے۔ کیلوریات یا حراروں اور غذائی اجزاء کی مقدار حسب ذیل ہے :-

پروٹین	۳۸ گرام	فاس فورس	۶۰ء۰ گرام
چربی	۱۹ گرام	فولاد	۰۰ء۹ ملی گرام
کاربوہائیڈریٹس	۳۵۷ گرام	وٹامن اے	۵۰۰
کیلوریات	۱۷۵۰	وٹامن بی	۱۶۰
کیلشیم	۱۶ء۰	وٹامن سی	۱۵ء۰ ملی گرام

اس فہرست سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ یہ غذا مقدار اور معیار کے اعتبار سے ناکافی ہے کیونکہ اس سے غذائی ضروریات پوری نہیں ہوتی ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ ہندوستان کے لاکھوں انسانوں کو اسی قسم کی خوراک میسر آتی ہے۔ اس قسم کی ناقص غذا کو متناسب غ

بنانے کے لئے حسب ذیل تبدیلیاں اور اضافے کرنے چاہئیں۔

اروا چاول (بغیر اُبالے دھان سے نکالا ہوا چاول)			دس اونس
جوار باجرہ (موٹا اناج)			پانچ اونس
دودھ			آٹھ اونس
دال ارہر ایک اونس / کالا چنا ۲ اونس			تین اونس
ساگ پات کے علاوہ دوسری ترکاریاں	بینگن	۲ اونس	چھ اونس
	بھنڈی	ایک "	
	ٹچینڈا	ایک "	
	گوار کی پھلی	ایک "	
	سیم	ایک "	
ساگ پات یا سبزیاں	چولائی کا ساگ	دو اونس	چار اونس
	چولائی کے پتے	ایک اونس	
	پالک	ایک اونس	
میٹھا تیل			دو اونس
پھل	آم	ایک اونس	دو اونس
	پکا کیلا	ایک اونس	

پانچ اونس موٹا اناج (جوار باجرہ وغیرہ) مشین سے صاف کئے ہوئے چاول کی اتنی ہی مقدار کا بدل ہو سکتا ہے اور اس سے تمام غذائی ضروری اجزا خاص کر پروٹین اور وٹامن یا حیاتیہ ب (کی کافی مقدار بھی مہیا ہو جاتی ہے۔ دودھ کی مقدار بڑھا دینے سے غذا میں عمدہ پروٹین، کیلسیوم اور وٹامن اے یا حیاتیہ الف کی مقدار بڑھ جاتی ہے کچھ دالیں زیادہ کر دینے سے پروٹین اور کیلوریات یا حرارون کی مقدار بڑھ جاتی ہے ترکاریوں کا استعمال ہر لحاظ سے فائدہ مند ہے۔ ساگ پات یا سبزیوں میں وٹامن اے (کیروٹین) کی مقدار زیادہ ہوتی ہے جو باقی دوسری غذاؤں میں کم پایا جاتا ہے۔ اس وٹامن کے علاوہ سبزیوں میں وٹامن سی یا حیاتیہ ج بھی پایا جاتا ہے۔ دو اونس چربی یا تیل سے کیلوریات یا

حاروں کی تعداد میں کافی اضافہ ہو جاتا ہے + چھلیوں کو استعمال کرنے سے وٹامن بی یا حیاتیہ ج کی اچھی خاصی مقدار حاصل ہو جاتی ہے۔ ان تبدیلیوں سے غذا میں وٹامن ب یا حیاتیہ ب کی مقدار بھی زیادہ ہو جائے گی۔

متناسب غذا میں مندرجہ ذیل چیزیں مقررہ وزن اور نسبت سے موجود ہونی چاہئیں۔

پروٹین	۷۳ گرام
چربی	۷۴ گرام
کاربوہائیڈریٹس	۴۰۸ گرام
کیلوریات	۲۵۹۰
کیلسیم	۲ ر ۱ گرام
فاس فورس	۴۷ ر ۱ گرام
فولاد	۴۴ ر ۰۰ ملی گرام
وٹامن اے	۷۰۰۰ بین الاقوامی پیمانوں سے زائد
وٹامن بی ۱	۴۰۰۰ " " " "
وٹامن ج	۰ ر ۱۷۰ ملی گرام

ایک عام آدمی کے لئے اس خوراک میں کافی کیلوریات یا حرارے موجود ہیں اور تمام ضروری غذائی اجزا کم از کم اس مقدار میں یقیناً موجود ہیں۔ کہ ان کی کمی کی وجہ سے کسی نقصان کا اندیشہ نہیں ہو سکتا۔ اچھی اور ناقص خوراک کے دونوں نقشوں میں مشین سے کٹے ہوئے چاول ہی کو خاص غلہ کے طور پر رکھا گیا ہے لیکن اگر چاول کے بجائے گیہوں یا جوار یا جوہ استعمال کیا جائے تو بھی غلہ اور غذا کے دوسرے اجزا کی نسبت میں کوئی فرق نہیں پڑتا +

کہہ رہا ہے جوش دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

جلد (۹) بابت ماہ اگست سنہ ۱۹۴۳ء نمبر (۲)

تاریخ الاطبّاء

محمد بن ذکریا رازی پر علامہ براؤن کی ایک تقریر

(مترجمہ جناب حکیم مولوی سید علی احمد صاحب نیر واسطی لاہور)

علامہ ایڈورڈ جی براؤن آنجہانی پروفیسر کیمبرج یونیورسٹی کی کتاب اریبین میڈیسن میں محمد بن ذکریا پر علامہ ممدوح کی وہ بلیغ اور فاضلانہ تقریر درج ہے جو علمی طبی اور تاریخی حیثیت سے خاص اہمیت رکھتی ہے اور جس سے معلوم ہوتا ہے کہ عصر حاضر میں مغرب میں اطبائے عرب کے حالات طرق علاج اور تالیفات کی تلاش اور جستجو میں کس قدر انہماک اور شغف سے کام لیا گیا ہے۔ ذیل میں ہم اس کو انگریزی سے اردو میں ترجمہ کر کے عرض خدمت کرتے ہیں۔

ابوبکر محمد بن ذکریا رازی

مسلمان اطباء میں غالباً سب سے زیادہ جلیل القدر اور ندرت پسند تھا۔ اور بحیثیت مصنف سب سے زیادہ ذاتی معلومات سے لبریز اور بڑا نافع کتب کا مصنف۔ اس کا وطن رے تھا۔ اور اسی لئے اس کو عربی میں رازی اور قرون وسطیٰ کی لاطینی زبان میں ریزز Rhazes لکھا جاتا ہے رے ایران کے موجودہ پایہ تخت طہران سے چند میل کے فاصلہ پر واقع ہے اور یہ رے قدیم ترین ایرانی شہروں میں سے ایک شہر ہے جس کو ژند اوستا میں تین قبیلوں کا راندہ بیان کیا گیا ہے اور بتایا گیا ہے کہ ان مقدس مقامات میں یہ بارہواں شہر ہے جن کو ہرمزد نے بنایا تھا۔[1]

رازی اور علم مابعد الطبیعیات

رازی کو ابتدائے عمر میں موسیقی سے خاص شغف تھا اور وہ عود بجانے میں بڑا ماہر تھا۔ ازاں بعد اس نے فلسفہ

[1] طاہرہ ... ژند اوستا جلد دوم صفحہ ۱۶ منبر ۶

مطالعہ شروع کیا لیکن قاضی صاعد کی رائے ہے کہ وہ علم مابعد الطبیعیات کو بغور و تعمق نظر نہیں سمجھ سکا اور نہ وہ اس علم کا صحیح مقصد معلوم کر سکا چنانچہ اسی لئے اس علم میں اس کا فیصلہ غلط ہے اور اس نے غلط اور غیر محفوظ اصول اختیار کئے ہیں اور قابل اعتراض یعنی خلاف مذہب معلومات کی حمایت کی ہے اور ان لوگوں پر نکتہ چینی کی ہے جن کو وہ سمجھ نہیں سکا اور جن کے طریقوں کا اس نے اتباع نہیں کیا[۵۱]

رازی اور شیخ کا مقابلہ اس بنا پر جب ہم غور کرتے ہیں تو معلوم ہوتا ہے کہ رازی علمی خصوصیات میں شیخ بو علی سینا (جس کے متعلق ہم آگے چل کر لکھیں گے) کے عین مقابل اور برعکس تھا۔ چنانچہ ہم دیکھتے ہیں کہ بو علی سینا بہ نسبت ایک طبیب ہونے کے فلسفی زیادہ اچھا ہے لیکن رازی بہ نسبت ایک فلسفی ہونے کے طبیب زیادہ اچھا ہے۔

رازی اور بیمارستان رے ابن ابی اصیبعہ کے بیان کے مطابق رازی نے اپنی عمر کا بیشتر حصہ ایران میں بسر کیا کیونکہ وہ اس کا قومی ملک تھا۔ جہاں اس کا بھائی اور دیگر اقربا رہتے تھے۔ جب وہ سن شباب کو پہونچا تو اس کے دل میں علم طب کی تحصیل کا شوق اس لئے برانگیختہ ہوا کہ اس کو ہسپتال میں زیادہ جانے اور ایک بوڑھے دوا ساز یا دوا فروش سے گفتگو کرنے کا موقع ملا جو وہاں کام کرتا تھا بعد میں اس نے طب میں اس قدر مہارت حاصل کر لی کہ وہ رے کے بیمارستان کا افسر الاطبا بن گیا۔

نوٹ یہ عربی عہد حکومت میں افسر الاطبا کو ساعور کہا جاتا تھا چنانچہ جرجی زیدان نے اپنی کتاب "تاریخ التمدن الاسلامی" میں اس امر کی تصریح کی ہے (ملاحظہ ہو تاریخ التمدن الاسلامی جلد ثالث صفحہ ۱۸۲) اور ابن ابی اصیبعہ نے رازی کو جب یہ بیمارستان رے میں افسر الاطبا کے عہدے پر فائز تھا ساعور کے لقب سے یاد کیا ہے (ملاحظہ ہو طبقات الاطباء جلد اول صفحہ ۳۱۰) عربی دور حکومت میں ساعور گویا آج کل کے فزیشن ان چیف کے لفظ کے قائم مقام تھا۔ (از مترجم) +

بیمارستان رے میں مریضوں کا معائنہ یہاں رازی ہسپتال کی باقاعدہ طبی خدمات انجام دیتا تھا اور وہ اپنے شاگردوں اور پھر شاگردوں کے شاگردوں سے گھرا رہتا تھا ہر بیمار جو ہسپتال میں پہونچتا تھا پہلے آخر الذکر کس کا

---

[۵۱] ملاحظہ ہو طبقات الاطبا جلد اول صفحہ ۳۱۰۔ منہ

طبی معائنہ کرتے تھے جن کو کلینیکل کلرک کہنا چاہئے اور اگر مرض بہت عسیر الفہم ثابت ہوتا تھا اور وہ اس کو نہیں سمجھتے تھے تو پھر مریض کو ثانی الذکر اطبا یعنی رازی کے بلا واسطہ شاگرد دیکھتے تھے، اور اگر وہ بھی اس کے مرض کو سمجھنے سے قاصر رہتے تھے تب مریض کو اول الذکر یعنی "رازی" کی خدمت میں پیش کیا جاتا تھا۔

رازی اور بیمارستان بغداد اس کے بعد رازی بغداد کے عظیم الشان ہسپتال کا افسر الاطبا مقرر ہوا جس کی بنیاد اس کے مشورے سے رکھی گئی چنانچہ کہتے ہیں کہ جب اس سے کہا گیا کہ وہ ہسپتال کی عمارت کے لئے کوئی موزوں مقام انتخاب کرے تو اس نے شہر کے مختلف محلوں میں گوشت کے ٹکڑے لٹکوا دیئے اور اس جگہ کو تعمیر بیمارستان کے لئے پسند کیا جہاں ان گوشت کے ٹکڑوں میں تعفن اور فساد کی علامات تمام مقامات سے زیادہ نسبتاً دیر میں نمودار ہوئیں۔

رازی کا زمانۂ حیات

رازی کی زندگی کی تاریخ بہت مشتبہ ہے چنانچہ ۹۰۳ء سے لے کر ۹۲۳ء تک اس کی وفات کی مختلف تاریخیں بیان کی گئی ہیں [۱] اور اس پر لطف یہ ہے کہ بعض سوانح نگاروں نے بیان کیا ہے کہ رازی دیلمی خاندان کے فرماں روا عضد الدولہ کے ساتھ وابستہ تھا جس نے ۹۴۹ء سے لے کر ۹۸۲ء تک حکومت کی۔ اور جس نے اپنی سلطنت کے آخری ایام میں وہ بیمارستان عضدی قائم کرایا جس کے محل وقوع کا انتخاب رازی نے متذکرہ قبل طریق سے کیا تھا

رازی اور نفرتِ دنیا رازی کے اکثر سوانح نگاروں نے اُس کے متعلق اِس امر کی تصریح کی ہے کہ وہ اپنی زندگی کے آخری ایام میں نزول الماء (موتیا بند) کی وجہ سے نابینا ہو گیا تھا اور اس نے آپریشن کرانے سے یہ کہکر انکار کر دیا تھا کہ وہ اس دنیا کو اب زیادہ عرصہ تک دیکھنا نہیں چاہتا جس نے اس کو مایوس کیا ہے اور اس کیساتھ دغا کی ہے۔

رازی کے متعلق عجیب و غریب افسانے رازی کی بصارت کے زائل ہونیکا بالواسطہ

---

[۱] ملاحظہ ہو طبقات الاطبا جلد اول صفحہ ۳۱۴ منہ [۲] ملاحظہ ہو ایضاً صفحہ ۳۰۹ و ۳۱۰۔ لیکن اس سلسلے میں ابن ابی اصیبعہ اپنی یہ صحیح رائے بھی بیان کرتا ہے کہ رازی عضد الدولہ سے پہلے تھا۔ اور وہ ہسپتال جس سے رازی کا تعلق ہوا بعد میں بیمارستان عضدی کے نام سے موسوم ہوا ہے۔ منہ

سبب یہ بیان کیا گیا ہے کہ وہ علم کیمیا سے بہت زیادہ شغف رکھتا تھا چنانچہ قفطی اور ابن ابی اصیبعہ نے اس کی تصانیف کی جو فہرست دی ہے اس سے ہم کو معلوم ہوتا ہے کہ اس نے اس علم کیمیا پر بارہ رسالے لکھے ہیں ان میں سے ایک رسالہ اس نے کسی رئیس کے نام کے ساتھ معنون کر کے اس کی خدمت میں پیش کیا جس پر اس رئیس نے اس کو گراں قدر انعام دیا۔ لیکن جب اس رئیس نے رازی کو حکم دیا کہ وہ اپنے بیان کردہ علم سے سونا بنا کر دکھائے تو رازی نے مختلف عذرات پیش کر کے اس امتحان سے پیچھا چھڑانا چاہا اس پر اس رئیس کو طیش آگیا اور اس نے اس کو محض ایک دھوکا اور فریب سمجھ کر رازی کے سر پر ایک ایسی ضرب لگائی جس کی وجہ سے وہ نابینا ہوگیا۔۔۔ دیگر مصنفین کا بیان ہے کہ جب رازی سونا بنانے میں ناکام رہا تو اس رئیس نے خفیہ طور پر اس کو پھانسی دلوادی اور دوسرے سوانح نگار اس کے زوال بصیرت کا سبب یہ لکھتے ہیں کہ وہ باقلہ کی پھلیاں زیادہ کھایا کرتا تھا جن کا وہ بہت شائق تھا اس لئے نابینا ہوگیا۔

المختصر یہ کہ رازی کے سوانح نگار اس کے مختصر حالات کو مفصل بنانے کے لئے اس کے متعلق ہمارے سامنے عجیب وغریب افسانے جمع کر کے بیان کرتے ہیں جس طرح قرون وسطیٰ میں یورپ میں فلسفہ طبیعات کے علماء اور ماہرین کی غیر معمولی اور دور از کار داستانیں مشہور ہو جایا کرتی تھیں جب وہاں سائنس کا ایک طالب علم بوڑھا ہو جاتا تھا تو اس پر جادوگر ہونے کا شبہ کیا جاتا تھا۔

رازی کی تصانیف کی فہرست

جب ہم رازی کی تصانیف کی فہرست کا مطالعہ کرتے ہیں تو وہ ہم کو صحیح معلوم ہوتی ہے کیونکہ کوئی وجہ نظر نہیں آتی کہ رازی کی تصانیف کی اس فہرست پر شک کیا جائے جس کو تین قابل اعتماد سوانح نگاروں نے ذکر کیا ہے اور خود رازی کے حوالوں اور بیانوں سے اس کی تصدیق ہوتی ہے (نوٹ: یہاں تین سوانح نگاروں سے مراد غالباً ابن ابی اصیبعہ۔ ابن القفطی، اور ابن الندیم بغدادی ہیں۔ مترجم)

کتاب الجدری والحصبہ

رازی کی کثیر التعداد تالیفات میں سے جس کا یورپ میں بہت زیادہ خیر مقدم کیا گیا ہے اس کا مشہور ترین رسالہ کتاب الجدری والحصبہ ہے جس کو عربی متن اور لاطینی ترجمہ کے ساتھ سب سے پہلے لندن میں ۱۷۶۶ء میں چیننگ نے شائع کیا ہے اور اس سے پہلے ۱۵۶۵ء میں وینس میں اس کا لاطینی ترجمہ شائع ہو چکا تھا بعد میں انگریزی میں اس کا ترجمہ گرین ہل نے کیا جو سیڈنہم سوسائٹی کے زیر اہتمام ۱۸۴۸ء میں شائع ہوا۔ یہ رسالہ ابتداءً یورپ میں ڈی پیسٹ De Peste یا (De Pestelentia)

ڈی پیسٹی لینٹیا کے نام سے مشہور تھا اور نیو برجر اس کی نسبت اس طرح رقم طراز ہے "یہ ایک صداقت ہے کہ یہ رسالہ آج ہر ایک ہاتھ میں عربوں کے لٹریچر کے ایک زیور کی حیثیت سے دیکھا گیا ہے اور اپنی اہمیت کے اعتبار سے ایک بہت بڑا درجہ رکھتا ہے" لہ

پھر نیو برجر آگے بڑھ کر لکھتا ہے کہ "وبائی امراض کی تاریخ میں یہ کتاب سب سے پہلی کتاب ہے اور یہ کتاب ہم کو بتاتی ہے کہ رازی ایک بڑا روشن ضمیر اور ذی ہوش طبیب تھا وہ بقراط کے نقوش قدم پر چلتا تھا اور خود رائی اور ہٹ دھرمی کے احساسات و تاثرات سے پاک تھا"

مقالہ فی الحصیٰ فی الکلیٰ والمثانہ

رازی کا ایک رسالہ گردہ اور مثانہ کی پتھری کے متعلق ہے جس کو عربی متن اور فرانسیسی ترجمہ کے ساتھ ڈاکٹر پی۔ ڈی کوننگ نے لیڈن میں ۱۸۹۶ء میں شائع کیا ہے (نوٹ:۔ ابن ابی اصیبعہ نے اس رسالہ کا نام مقالہ فی الحصیٰ فی الکلیٰ والمثانہ ذکر کیا ہے ملاحظہ ہو طبقات الاطباء جلد اول صفحہ ۳۱۶۔ مترجم)

رازی کی کتب کے فرانسیسی اور جرمن تراجم

اسی ڈاکٹر پی۔ ڈی کوننگ نے رازی کی کتاب حاوی کے اس حصہ کو بھی جو علم تشریح کے متعلق ہے علی بن عباس مجوسی کی کتاب الملکی اور بوعلی سینا کی کتاب قانون کے علم تشریح سے متعلق حصوں کے ساتھ ایک جگہ مع اصل عربی متن کے فرانسیسی زبان میں ترجمہ کر کے شائع کیا ہے اور رازی کے دوسرے رسالوں کے جرمن ترجمہ کے لئے ہم سیٹن سینڈر کے رہین منت ہیں۔ ان میں سے وہ رسالہ بہت دلچسپ ہے جس میں بتلایا گیا ہے کہ بسا اوقات نیم حکیم اور عطائی معالج وہ ہردلعزیزی حاصل کر لیتے ہیں جو مستند اور لائق اطباء کو میسر نہیں ہوتی ٢ہ

رازی کے غیر مطبوعہ رسالے

ان کے علاوہ رازی کے دیگر غیر مطبوعہ رسالے بھی یورپ اور ایشیا کی مختلف لائبریریوں میں پائے جاتے ہیں۔ چنانچہ حال ہی میں قلمی نسخہ کیمبرج یونیورسٹی کی لائبریری سے خریدا ہے جو مختلف رسالوں پر مشتمل ہے ان میں سے ایک رسالہ درج المفاصل ٣ہ اور ایک دوسرا رسالہ قولنج پر ہے ان رسالوں کا ذکر قفطی نے بھی کیا ہے۔

لہ ملاحظہ ہو۔ ارنسٹ ہلے فیر ٹرانسلیشن جلد اول صفحہ ۳۶۲ سنہ + ٢ہ ملاحظہ ہو وکٹوآرچیو صفحہ ۵ و ۵۸۶ سنہ + ٣ہ ایف ایف ۱۱۰-۳۴ سنہ +

رازی کی مبسوط کتابیں | رازی کے کثیر التعداد طبی رسالوں کے علاوہ طب عمومی پر جو مبسوط کتابیں لکھی ہیں ان کی تعداد تقریباً نصف درجن ہے ان میں سے ایک کتاب جامع ہے دوسری کافی۔ تیسری مدخل صغیر، چوتھی مدخل کبیر، اور پانچویں ملوکی ہے، جو رازی نے فرماں روائے طبرستان کے لئے لکھی تھی اور چھٹی نافر ہے لیکن اس کی نسبت یقین کے ساتھ یہ کہنا مشکل ہے کہ اس کا مصنف رازی ہی ہے اور ساتویں منصوری ہے جس کو لاطینی مترجمین لبر المنصورس Liber Almanoris کہتے ہیں اس کا لاطینی ترجمہ ۱۴۸۹ء میں شائع ہوا ہے

حاوی | رازی کی مبسوط کتابوں میں آٹھویں کتاب حاوی ہے جس کا لاطینی ترجمہ ۱۴۸۶ء میں برشیا میں اور پھر ۱۵۴۲ء میں وینس میں شائع ہوا ہے۔ یہ ترجمہ بہت نادر ہے اور اس کا صرف ایک نسخہ کنگز کالج کے شاہی کتب خانے میں موجود ہے [۵۱]

میں یہاں صرف حاوی کا ذکر کرنا چاہتا ہوں کیونکہ یہ کتاب رازی کی تصانیف میں سب سے زیادہ اہم ہے مگر بدقسمتی سے حاوی کا مطالعہ بہت سی خاص مشکلات کو شامل ہے کیونکہ کبھی اس کا عربی متن شائع نہیں ہوا اور نہ ہی اس کا کوئی مکمل قلمی نسخہ موجود ہے اور جہاں تک میری موجودہ معلومات کا تعلق ہے۔ میں خیال کرتا ہوں کہ اس عظیم الشان تصنیف کا نصف حصہ بھی آج دنیا میں موجود نہیں۔ علاوہ ازیں حاوی کی جو جلدیں محفوظ ہیں وہ بھی جا بجا دنیا میں پھیلی ہوئی ہیں۔ یعنی تین جلدیں برٹش میوزیم میں۔ تین بورڈلین لائبریری۔ تین چار یا پانچ ایسکوریل لائبریری میں چند جلدیں میونک اور پیٹرز گریڈ کے کتب خانوں میں اور چند تلخیصات برلن میں ہیں۔

حاوی کی جلدوں اور مباحث میں اختلاف:۔ مزید برآں حاوی کی جلدوں کی تعداد اور ان کے مباحث کے متعلق بھی اختلاف موجود ہے۔ چنانچہ کتاب الفہرست میں اس کی صرف بارہ جلدیں بتائی گئی ہیں [۵۲] لیکن اس کا لاطینی ترجمہ پچیس جلدوں پر مشتمل ہے۔ اور پھر مباحث اور ترتیب کے لحاظ سے اس کتاب کی مختلف جلدوں کے درمیان کوئی مناسبت نہیں پائی جاتی ـــــ اس خلط مبحث کا سبب کچھ تو یہ ہے کہ یقیناً حاوی ایک ایسی کتاب ہے کہ جو مصنف کی وفات کے بعد عالم وجود میں آئی۔ کیونکہ حاوی کی تکمیل رازی کی وفات کے بعد اس کے تلامذہ نے ان نا تمام یادداشتوں اور کاغذات سے کی ہے جن کو وہ اپنے پیچھے چھوڑ گیا تھا۔ اور ظاہر ہے کہ اس صورت میں وہ تسلسل خیال اور حسن بیان پیدا نہیں ہو سکتا جس کو صرف مصنف ہی کا

[۵۱] اس کا کلاس مارک XV.4..2. ہے منہ [۵۲] ملاحظہ ہو کتاب الفہرست صفحہ ۳۰۰ منہ

معلوم ہوتا ہے کہ حقیقتاً بعض اوقات حاوی کا نام
ہاتھ پیدا کر سکتا تھا اور کچھ اس کا سبب یہ
رازی کی دوسری تصنیف [illegible] دیا جاتا ہے۔
یہ بھی ہے کہ حاوی کا حجم بہت بڑا اور حد سے زیادہ تھا
[illegible] قابل ہو اور
اور اس میں تفصیلات [illegible] جمع تھا اس لئے بہت بڑے جفاکش کاتب بھی اس کو نقل
کرنے کی جرأت نہیں کرتے تھے اور اس تک صرف بڑے دولت مند ارباب فن اور مؤرخین کی ہی
رسائی ہو سکتی تھی۔ اسی سے علی بن عباس مجوسی لکھتا ہے کہ اس زمانے میں جہاں تک مجھے علم
ہے حاوی کے صرف دو مکمل نسخے موجود ہیں [۱]

حاوی کے لاطینی ترجمہ کا ماخذ۔ حاوی کا یہ لاطینی ترجمہ جو آج موجود ہے کس
اصل عربی نسخہ سے کیا گیا ہے؟ اور وہ اصل عربی نسخہ اب موجود بھی ہے یا نہیں؟ اور اگر موجود ہے
تو کہاں ہے؟ [illegible] ان سوالوں کا ہمارے پاس کوئی جواب نہیں کیونکہ قرون وسطیٰ کے مترجمین
اس قسم کی تفاصیل کو [illegible] کرتے تھے۔

حاوی کا مطالعہ۔ ان مشکلات کے پیش نظر جو کچھ میں کر سکا ہوں وہ صرف یہ ہے کہ
میں نے حاوی کی ان جلدوں کا سرسری طور پر مطالعہ کیا ہے جو برطانی عجائب خانہ (برٹش
میوزیم) اور بوڈلین لائبریری میں موجود ہیں۔ ان میں سب سے زیادہ دلچسپ بوڈلین لائبریری
کی وہ جلد ہے جس کا لائبریری نمبر ۱۵۶ ہے اور خصوصیت کے ساتھ اس کے بعض حصص بہت ہی
دلچسپ ہیں جن کے ڈاکٹر کی ڈے اور پروفیسر مارگولیوتھ کی مہربانی کی بدولت میں نے فوٹو حاصل
کر لئے ہیں۔

رازی اور تشخیص عملی | اس موضوع پر ممتاز علمائے فن کی جانب سے میں تقریباً یہ پہلے کہہ
چکا ہوں کہ رازی تشخیص عملی کے لحاظ سے اپنے تمام اقران و اماثل
سے افضل و برتر تھا۔ اور چونکہ قدیم عرب اطباء کے متروک علم وظائف الاعضا اور علم امراض اور ان
کے پرانے اور فرسودہ علم تشریح کے مقابلہ میں ان کی تشخیصی یادداشتیں اور تحریریں بہت زیادہ
دلچسپ اور اہم ہیں۔ اس لئے رازی کی تصانیف اور بالخصوص اس کی کتاب حاوی کا مطالعہ علم
علاج اور علم ادویہ میں عربی طب کے محقق کے لئے غالباً ایک بہت بڑا نفع بخش میدان پیش کرتا ہے

رازی کی تشخیصات کی حکایات | رازی کی بعض مشہور اور معرکہ آرا تشخیصات کے

---

[۱] ملاحظہ ہو کامل الصناعۃ (الکتاب الملکی) صفحہ ۵ و ۶ جو ۱۲۹۴ھ مطابق ۱۸۷۷ء میں قاہرہ میں طبع ہوئی

حالات حکایات و قصص کی کتب میں مندرج ہیں چنانچہ عربی تالیف کتاب الفرج بعد الشدۃ میں جس کو تنوخی (المتوفی ۹۹۴ء) نے لکھا ہے اور فارسی کتاب چہار مقالہ میں جس کو نظامی عروضی سمرقندی نے تقریباً ۱۱۵۵ء میں تحریر کیا ہے رازی کے تشخیصی افسانے مسطور ہیں۔ اور اس سلسلہ میں ابن ابی اصیبعہ اپنی کتاب طبقات الاطباء میں اس طرح رقم طراز ہیں :-

" رازی کے متعلق بہت سے بیانات اور مختلف قیمتی چشم دید حالات ہیں، جن سے معلوم ہوتا ہے کہ اس نے اپنے علم و دانش سے فن طب میں کیا کمال حاصل کیا تو بیماروں کو تندرست کرنے کے لئے کیا کیا طریقے اختیار کئے اپنے علم تقدمۃ المعرفۃ سے مریضوں کے حالات پر کیا کیا حکم لگائے اور مریضوں کے عوارض اور اپنے طرق علاج سے متعلق اس نے وہ کون سی بیش قیمت معلومات بیان کیں جن سے صرف چند اطباء ہی باخبر تھے۔ اور رازی کے متعلق اس قسم کی بہت سی حکایات ہیں جو اس کے طبی تجاربت کے ذکر پر مشتمل ہیں اور یہ حکایات اس کی اکثر کتابوں میں درج ہیں " لہ

حاوی میں رازی کی طبی یادداشتیں

بوڈلین لائبریری کے متذکرہ قبل نسخہ میں جو بارہ صفحات پر مشتمل ہے مرضا کے طبی معائنہ کے متعلق رازی کی بیش قیمت طبی یادداشتیں موجود ہیں جن کا ذکر ابن ابی اصیبعہ نے کیا ہے اور اس بارہ صفحے کے قلمی نسخے کے متعلق خیال کیا جاتا ہے کہ یہ حاوی کی ساتویں جلد ہے لیکن حاوی کے لاطینی ترجمہ کے لحاظ سے یہ اس کی سترھویں جلد معلوم ہوتی ہے۔

اس جلد کا نام "امثلۃ من قصص المرضیٰ وحکایات لنا خلط نوادر" ہے (یعنی مریضوں کے حالات کی مثالیں اور ان کے متعلق وہ حکایتیں جن کی تشخیص میں ہمیں شکوک و شبہات تھے) اس جلد میں تقریباً چوبیں مریضوں کا ذکر کیا گیا ہے اور ان کے بالعموم پورے نام بتائے گئے ہیں اور ساتھ ہی عوارض، علاج اور اس کے نتائج کو بیان کیا گیا ہے، ان کا سمجھنا آسان نہیں۔ کیونکہ اس جلد کا صرف ایک عربی متن موجود ہے اور اغلاط کتابت کے علاوہ انداز بیان ژولیدہ اور عبارت مصطلحات سے لبریز ہے۔

حاوی کی عبارت کا نمونہ

ذیل میں بمصداق مشتے نمونہ از خروارے اس جلد سے پہلے مریض کے متعلق حاوی کی عبارت کا ترجمہ پیش کرتا ہوں :-

ترجمہ :- عبداللہ بن سوادہ عرصہ سے حمیات مرکبہ میں مبتلا تھا۔ چنانچہ کبھی اس کو

لہ ملاحظہ ہو طبقات الاطباء جلد اول صفحہ ۳۱۱ مندہ

چھٹے دن اور کبھی تیسرے دن بخار آتا تھا اور کبھی چوتھے دن اور کبھی ہر روز کی باری آتی تھی۔
بخار سے پہلے اس کو تھوڑا سا لرزہ آتا تھا اور بار بار پیشاب کی حاجت ہوتی تھی۔ یہ صورت حال
دیکھ کر میں نے حکم لگا دیا کہ یہ حمیات مرکبہ یا تو ربع یعنی چوتھیا بخار میں تبدیل ہو جائیں گے اور
یا مریض کے گردوں میں پھوڑا موجود ہے۔ اب تھوڑا ہی عرصہ گذرا تھا کہ مریض کے پیشاب میں
پیپ آئی۔ لہٰذا اس نے مریض کو خبر دیدی کہ اب اس کو بخار کی باریاں نہیں آئیں گی۔ اور
ایسا ہی ہوا۔ وہ چیز جس نے پہلی مرتبہ مجھ کو یہ کہنے سے باز رکھا کہ مریض کے گردوں میں
پھوڑا ہے یہ تھی کہ مریض اس سے پہلے حمی غب (تیسرے دن کے بخار) اور دوسری قسم کے
مرکب بخاروں میں مبتلا تھا اور یہ حالت دیکھ کر میں نے گمان کیا تھا کہ یہ حمیات محل احتراق
(اخلاط) کا نتیجہ ہیں جو قوی ہو کر ربع میں منتقل ہو جائیں گے۔ علاوہ ازیں مریض نے مجھ سے یہ شکایت
نہیں کی تھی کہ وہ جب کھڑا ہوتا ہے تو اپنی کمر میں ایک طرح کا بوجھ محسوس کرتا ہے۔ اور میں بھی
اس سے یہ بات پوچھنے سے چوک گیا۔ یہ پیشاب کا بار بار آنا مریض کے گردوں میں پھوڑے
کے گمان کو میرے دل میں قوی کر دیتا لیکن مجھے یہ معلوم نہ تھا کہ اس مریض کے باپ کو بھی
ضعف مثانہ کی شکایت ہے اور وہ بھی اس مرض میں مبتلا ہے۔ اور اپنی صحت کے زمانہ میں بھی
(یعنی بخار کی باریاں آنے سے پہلے) وہ اس مرض میں اسیر تھا لیکن اب یہ مریض آخر تک انشاءاللہ
اس مرض میں مبتلا نہ رہے گا۔ پس اب جب کہ مریض کے پیشاب میں پیپ برآمد ہوئی تو میں
نے اس کو پیشاب آور دوائیں استعمال کرائیں حتیٰ کہ پیشاب پیپ سے صاف ہو گیا۔ بعد ازاں
میں نے اس کو گل مختوم، کندر، اور دم الاخوین دوائیں دیں جن سے اس نے بیماری سے
نجات پائی اور تقریباً دو ماہ میں اس کو شفائے کامل و عاجل نصیب ہو گئی۔ یہ پھوڑا چھوٹا تھا اور

اس کے چھوٹے ہونے پر مجھے اس چیز نے مطلع کیا کہ مریض نے ابتدا میں اپنی کمر میں بوجھ کے محسوس ہونے کی شکایت نہیں کی لیکن جب پیشاب کی راہ پیپ خارج ہو چکی تو میں نے اس سے پوچھا کہ کیا تو کمر میں کچھ بوجھ محسوس کرتا تھا؟ جو کچھ کو اب محسوس نہیں ہوتا: تو اس نے کہا ہاں! اب ظاہر ہے کہ اگر یہ پھوڑا بڑا ہوتا تو مریض پیپ کے خارج ہونے سے پہلے کمر میں بوجھ کی ضرور شکایت کرتا علاوہ ازیں چونکہ یہ پیپ جلد ہی پیدا ہو کر خارج ہو گئی۔ لہٰذا اس سے بھی اس پھوڑے کے چھوٹے ہونے کا ثبوت ملتا ہے + اب میرے علاوہ جو دوسرے طبیب تھے وہ بے چارے اس مریض کے مرض کی نوعیت اور حالت پیشاب میں پیپ کے خارج ہونے سے پہلے تو کیا سمجھتے پیپ کے خارج ہونے کے بعد بھی کچھ نہ سمجھ سکے ۔

رازی کی تشخیص کی تشریح اور تعریف

اس عبارت میں دونوں یعنی لفظی اور معنوی کئی قسم کی مشکلات کے باوجود جن کو میں اطمینان بخش طور پر حل نہیں کر سکا اس مریض کی عام حالت یکسر واضح ہے اس مریض کو پہلے لرزے اور سردی محسوس ہو کر مختلف ایام میں وقفہ کے ساتھ بے قاعدہ طور پر باری کے بخار کے حملے ہوتے تھے اور عام طور پر اس ملک اور وقت کے اطبا اس کو ملیریا بخار سمجھتے تھے اور ملیریا کی طرح اس کا علاج کرتے تھے مگر حقیقت میں یہ ایک قسم کا عفنی بخار (سیپٹک فیور) تھا اور رازی نے خود بھی ابتدا میں اس کو ملیریا سمجھا تھا لیکن آخر میں جب اس نے مریض کے پیشاب میں پیپ دیکھی تو سمجھا کہ یہ مریض درحقیقت قرح کلیہ (پائی لائی ٹس) کا مریض ہے۔ تب اُس نے اس کا قاعدے کے مطابق علاج کیا۔ اور کامیاب ہوا +

پانی
قدرتی تن درستی کا راز

(از قلم ڈاکٹر فریڈ، بی، مور ایم ڈی)

علم افعال الاعضاء (فزیالوجی) کے نزدیک پانی حیات انسانی کے لئے ناگزیر چیز ہے جسم کے ہر رگ و ریشے کی بناوٹ میں اور خون کے ہر ذرہ میں پانی کی کارفرمائی موجود ہے۔ خون میں اس کے اجزاء اسّی فی صدی کی نسبت سے پائے جاتے ہیں۔ پانی کے ذریعہ ہی جسم انسانی کے کیمیاوی انقلاب اور تبدیلیاں عمل میں آتی ہیں۔ یہ پانی ہی ہے جو آلاتِ انہضام میں سے غذا کو لے کر تمام جسم کے خلایا میں پہونچاتا ہے اور ان خلایا کے فضلات کو گردوں کے حوالہ کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جسم کے درجہ حرارت کو صحیح حالت میں رکھنے کے لئے پانی بہت ضروری چیزوں میں ہے بخار کی حالت میں پانی کی کثیر مقدار جسم میں لے جانے سے درجۂ حرارت کم کیا جا سکتا ہے۔ یہ بالکل جدید تحقیق ہے۔ ورنہ قدیم زمانہ سے خیال چلا آتا ہے کہ بخار کی حالت میں مریض کو پانی نہیں دینا چاہئے مگر اب یہ طے پا چکا ہے کہ بخار کی حالت میں جس قدر پانی دیا جائے اسی قدر اچھا ہے۔

نظام جسمانی میں اندرونی کارفرمائیوں کے علاوہ پانی کے بیرونی اثر و کارکردگی کا حال بھی سن لیجئے۔ پانی کے بیرونی استعمالات میں غسل سے بڑھ کر اور کوئی مفید چیز نہیں ہے۔ ایک سو دس (۱۱۰) درجہ فارن ہائٹ حرارت والے پانی میں اگر انسان نہائے تو اس کے جسم کا درجۂ حرارت منہ کے معمولی اوسط درجۂ حرارت (۹۸ء۶) سے (۱۰۴) درجہ فارن ہائٹ تک بڑھ جاتا ہے۔

حرارت کے اس طرح بڑھ جانے کے ساتھ جسمانی کیفیت میں جو تبدیلیاں ہوتی ہیں وہ یہ ہیں۔ کہ انسان آکسیجن کی مقدار کثیر اندر کھینچتا ہے۔ نبض کی حرکت بڑھ جاتی ہے۔ خون کے دباؤ میں عارضی زیادتی جو بعد میں کم ہو جاتی ہے۔ سانس کا بڑھ جانا۔ اور خون کے سفید ذروں کا بڑھ جانا جو جسم میں عوارض کا مقابلہ کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔ ایسے گرم غسل کرنے کی وجہ سے عضلات کی طاقت پر اثر پڑتا ہے اور انسان اپنے آپ کو تھکا ہوا پاتا ہے۔

رانتجنی شعاعوں کے تازہ تجربات سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ پیٹ کے امراض میں گرم غسل یا گرم رولروں کے ذریعہ سینک پہونچانے سے آنتوں کے امراض اور آلاتِ انہضام کی خرابیاں بڑی آسانی کے ساتھ دور کی جاسکتی ہیں۔

آلۂ قلب نگار کے ذریعے حرکاتِ قلب کی جانچ کرنے سے معلوم ہوا ہے اگر دل کے پاس برف کا ایک تھیلا رکھا جائے تو دل کا عضلہ کھنچنا شروع ہوگا اور اس کی اس طاقت میں ایک معین اضافہ نظر آئے گا۔

صبح کو اگر سرد غسل کر لیا جائے۔ یا گرم کمرے میں پانی سے صرف جسم کو رگڑ ہی لیا جائے تو اس سے جسم میں اکسیجن کی کافی مقدار پہونچ جائے گی۔ دوران خون بڑھ جائے گا۔ اعصاب کو بھی قوت پہونچے گی۔ ان تمام چیزوں کا اثر پٹھوں کے کام کرنے کی طاقت پر پڑے گا اور آپ بہتر طریقے سے دل لگا کر کام کرسکیں گے۔ اور آپ کا دماغ نسبتاً زیادہ حساس اور کارگذار ہو جائے گا۔ ٹھنڈے غسل سے آپ سردی سے محفوظ رہنے کا بیمہ کر لیتے ہیں۔ ورنہ معمولی خنکی کا اثر آپ کے پھیپھڑے قبول کر لیتے ہیں۔ اگر ٹھنڈے پانی کا غسل آپ معمولاتِ حیات بنالیں تو ان عوارض کی طرف سے مامون ومحفوظ ہو جائیں گے۔

بہت کم ایسے امراض ہیں جن میں پانی کا اندرونی یا بیرونی استعمال کارآمد و مفید نہ پایا گیا ہو۔ متعدی بخاروں میں پانی کا اندرونی استعمال درجۂ حرارت کو کمتر کرنے میں بڑی مدد دیتا ہے۔ بیرونی طور پر سرد غسل کرنا، اسفنج کے ذریعہ جسم کی رگڑائی، یا سرد پانی میں ڈوبے ہوئے کپڑے سے جسم کو ٹھنڈا کرنا بھی مفید ثابت ہوتا ہے۔ ایسی تدابیر اختیار کرنے سے خون کا دوران گھٹنے نہیں پاتا۔ دوران خون اگر تیز ہو جائے اور ختم نہ ہو تو بڑا فائدہ ہوتا ہے بالخصوص مہلک بخاروں میں تو اس کے قائم رکھنے کی ازحد ضرورت ہوتی ہے مثلاً نمونیا کے بخار میں۔

۱۸۶۱ء میں جرمنی کے مشہور طبیب ڈاکٹر برانڈ نے ٹائیفائڈ کا علاج سرد غسل سے کرنے کی ابتدا کی تھی۔ تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ اس وقت سے آج تک ٹائیفائڈ سے واقع ہونے والی اموات میں ۵۰ فی صدی کمی ہوگئی ہے۔ جہاں سرد پانی کے غسل کا استعمال ہوا۔ انفلوئنزا کی پیچیدگیوں اور اموات کو کم کرنے کے لئے بھی پانی کا اندرونی اور بیرونی استعمال کارگر ثابت ہوا ہے۔ مریض اگر صاحب فراش ہو چکا ہے تو پانی کی مناسب مقدار اگر اسے پینے کے لئے دیتے رہیں اور جسم کی بیرونی سطح پر پانی کی مالش کریں تو معتدبہ فائدہ ہوتا ہے۔ اور اگر یہ مرض بڑھ جاتا ہے تو نمونیہ کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔

دماغی امراض کے ہسپتالوں میں "آبی علاج" ایک عام مداوا ہو گیا ہے۔ مسلسل سرد غسل کرانے سے پاگلوں کی مضطرب و بے قرار جسمانی کیفیتوں اور نظام عصبی کو پُرسکون کرنے میں پانی کا مسلسل استعمال بہت کارآمد ثابت ہو چکا ہے۔

بہت سے کہنہ اور مہلک امراض میں پانی کے استعمالات سے بہت مفید نتائج برآمد ہوئے ہیں۔ ڈاکٹر لومین وغیرہ طبیبوں نے تو پانی کے علاج کے خاص سسٹم جاری کر دیئے ہیں مثلاً زیر آب ورزشیں اور عضلاتی تربیت کے کام جو بہت سے امراض مثلاً شیر خواری کی حالت میں پیدا ہونے والے فالج اور مرگی وغیرہ میں مفید ثابت ہوئے ہیں۔ مریضوں کو جنہیں مرگی یا فالج کا مرض ہوتا ہے ایک آرام دہ درجۂ حرارت کے پانی میں بٹھا دیا جاتا ہے۔ پانی میں بیٹھنے کی وجہ سے پٹھوں کو آرام پہونچتا ہے۔ ان کی بے قراری کم ہوتی ہے۔ ان میں ہلکاپن پیدا ہوتا ہے۔ اور تھکاوٹ دور ہونی شروع ہوتی ہے جو پٹھے بے حس ہوتے ہیں ان کو پانی کے مسلسل حملوں سے بیدار کیا جاتا ہے اور آہستہ آہستہ ان سے ورزش کرائی جاتی ہے تاکہ اُن کی سوئی ہوئی طاقت جاگ اُٹھے اور وہ پانی کے دباؤ سے اپنا فعل شروع کرنے کے لئے مجبور ہو جائیں۔

محدود صفحات مجھے اس مضمون پر وضاحت کے ساتھ گفتگو کرنے کی اجازت نہیں دیتے ورنہ میں بتاتا کہ پانی امراض کے علاج اور نظام جسمانی کی مدد کے لئے ایسی عجیب و غریب چیز ہے۔ مثلاً ریاحی فساد کے لئے۔ گردوں کے لئے، دوران خون کے نظام کے لئے، پٹھوں کے لئے، اور جوڑوں کے لئے ــــــ میں یہ نہیں کہتا کہ پانی ہمارا علاج خود ہی کر دیتا ہے بلکہ میرا کہنا صرف یہ ہے کہ پانی کا استعمال دیگر معلومہ مذاہب و طرق علاج کی طرح انسان کو مرض کی مدافعت و مداوا کرنے میں بدرجہ اولیٰ مدد دیتا ہے۔ اور تندرستی و کامل صحت کے حصول و تقرر کے لئے قدرت کا یہ بہترین عطیہ ہے۔

شہد
قلب کی قوت کے لئے بہترین مدد

(از جناب ڈاکٹر جی این ڈبلیو طامس، ایم بی، بی کیمسٹری، لندن)

غذا کے شکر یلے اجزا، کا بڑا مقصد جسم میں حرارت پہونچانا اور جسمانی انجن کو چلانے کے لئے ایندھن مہیا کرنا ہے جسمانی صحت کو برقرار رکھنے اور بیماریوں کی حالت میں شہد کے فوائد کا یہاں میں کچھ تذکرہ کرنا چاہتا ہوں:۔

جب عضلاتی قوت کی ضرورت محسوس ہو بالخصوص اس وقت جب نظام عصبی محنت یا جوش و خروش کے باعث مضمحل ہوگیا ہو اور اس کی زائل شدہ طاقت کی بحالی کی فوراً ضرورت ہو تو یہ پایا گیا ہے کہ خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے جسم میں پائی جانے والی شکر کی کئی قسمیں ہیں مشہور شکر کا نام —— گلائی کوجن ہے جو عضلات اور جگر میں پائی جاتی ہے۔ شومبرگ نے جو تجربات اس سلسلہ میں کئے ہیں ان سے پتہ چلتا ہے کہ کام کرنے کی حالت میں عضلات سستی کی حالت سے ۳ و ۴ گنا زیادہ شکر خرچ کرتے ہیں۔ ڈاکٹر شارلنگ نے معلوم کیا ہے کہ دل فی گھنٹہ فی گرام چار ملی گرام کی برابر شکر خرچ کرتا ہے غرض جسم انسانی کے لئے شکر کی ازحد ضرورت ہے یہ بات بھی طے شدہ ہے کہ شہد کی مکھیاں جو شکر جمع کرتی ہیں اور جس کو شہد کہتے ہیں اس شہد کی کثیر مقدا اپنے میں رکھتا ہے جس کی آپ کے جسم کو ضرورت ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آیا شہد میں کوئی خاص حیاتین پائی جاتی ہیں یا نہیں۔ اگر پائی جاتی ہوں تو پھر اس کو معمولی بازاری شکر کے مقابلہ پر قابل ترجیح سمجھا جائے گا۔ اگر جسم میں قوت

د حرارت وحیات کے برقرار رکھنے کے لئے شکر کی ضرورت اس قدر اہم تسلیم کی جاچکی ہے اور شہد اس کے لئے بہترین چیز ہے تو پھر جسم کے سب سے زیادہ کارآمد عضو یعنی قلب کے لئے ہم شہد کا زیادہ استعمال کرنے کی متعلق کو کیوں نہ معلوم کریں۔ دل وہ عضو ہے جو موت سے پہلے کبھی نہیں رکتا۔ ایسا مسلسل خدمت گار آپ کو کہاں سے ملے گا؟ اس کی طاقت بڑھانے کے لئے شہد کا استعمال نعمت غیر مترقبہ ہے۔

کمی غذا کی وجہ سے امراض پیدا ہونے اور کم طاقتی کی حالت میں شہد کا استعمال میرے تجربے میں بہت کارآمد ثابت ہوا ہے۔ دل کی قوت برقرار رکھنے اور قوت مدافعت بڑھانے میں اس کا استعمال بہت مفید ثابت ہوا ہے۔ نمونیہ کے ایک حال کے کیس میں تو اس کا اثر مجھے بہت ہی حیرت انگیز معلوم ہوا۔

نمونیہ کے اس مریض نے مرض کے دوران میں کوئی دو پونڈ شہد کھالیا۔ اس کا نتیجہ بہت عمدہ نکلا۔ اس کے پھیپھڑوں کی طاقت اور دل کی قوت برقرار و بحال ہوگئی۔ بخار کی حالت میں

شکر کی مقدار جلد از جلد صرف ہوجاتی ہے۔ اس لئے جسم کو شکر کی معین مقدار کی فوری ضرورت ہوتی ہے تاکہ جسم کے انجن کو چلانے کا ایندھن مہیا ہوتا رہے اس کے لئے یخنی اور دودھ وغیرہ عام طور پر زیادہ استعمال کرائے جاتے ہیں مگر ہیں نے یہ دیکھا کہ شہد کا استعمال زیادہ کارآمد، زیادہ فوری اثر کرنے والا اور زیادہ دیرپا قوت پیدا کرنے والا ثابت ہوتا ہے۔ شہد کے بعد دوسری مفید چیز عمدہ انگور ہیں۔ جڑی بوٹی اور پھول پھلاری کھانے والے جانوروں کی طاقت اور عمر کی درازی کا راز نباتات کے بادشاہ انگور کے کھانے میں ہے یا ایسے پھل جن میں انگور کی طرح کی شکر پائی جاتی ہو۔

بائیبل میں آیا ہے "بیٹا! شہد کھا۔ کیونکہ یہ تیرے لئے بہت مفید ہے" (کتاب الامثال باب ۲۴ - آیت ۱۳) ——— (طبیب اعظم رحمت عالم حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ نے کیا پُرحکمت ہمارے لئے بیان نہیں فرمائی ہے فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ اس میں لوگوں کے لئے شفا ہے)

شہد میں چربی اور شکر بنانے والے دونوں اجزائے ترکیبی پائے جاتے ہیں۔ مکھیوں کے دماغ میں جو غدد ہوتے ہیں ان کا رس اس مٹھاس میں مل کر جو پھولوں سے آتا ہے ایک عجیب وغریب مرکب بن جاتا ہے مگر جب تک وہ چھتوں میں رہ کر سورج کی کرنیں اپنے میں جذب نہ کرے اس کی قوت بڑھتی نہیں۔

ان معلومات کی روشنی میں ہمیں یہ معلوم ہوگیا ہے کہ شہد میں اجزاء نشاستیہ کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے اور ایسی حالت میں پائی جاتی ہے کہ وہ فوراً جذب ہوجاتی ہے۔ بچوں اور کمزور مریضوں کے لئے تو یہ نعمت ہے۔ چربی کا عنصر اس میں ایسی مقدار میں پایا جاتا ہے کہ ہضم کی قوت بڑھانے میں وہ بہت مدد دیتا ہے اور اس کا جس قدر استعمال مناسب طریقہ سے کیا جائے مفید ثابت ہوگا دوسری قسم کی شکروں پر اسے ترجیح دینے کے لئے ایک دو زیادہ وجوہ ہمارے سامنے موجود ہیں۔

ملیریا

زمانۂ قدیم سے ہی ملیریا نسل انسانی کے لئے ایک وبا کی صورت اختیار کئے ہوئے ہے اور فلسطین کا علاقہ پرانے زمانے سے ہی ملیریا کا تختۂ مشق رہا ہے۔ اس امر کے متعلق بھی شہادت موجود ہے کہ قدیم یونانی اور رومی بھی غالباً اپنے آبا و اجداد کی طرح اس مرض سے واقف تھے۔ ہندی حکیم سشرت بھی اس مرض سے واقف تھا اور اسے یہ علم تھا کہ جراثیم مرض کو پھیلاتے ہیں قریباً چودہ سو برس گذرے لنکا کے بعض مصنف بخار کو مچھروں سے منسوب کرتے تھے۔ مسیحی دور کی ابتدائی صدیوں اور قرون وسطیٰ میں بھی لوگ ملیریا سے واقف تھے۔ اب بلاشبہ ہندوستان ان ممالک میں سے ایک ہے جہاں یہ مرض نہایت شدت سے پھیل جاتا ہے اور جہاں یہ اب بھی ان تمام انجمنوں کی مسلسل تشویش کا موجب ہے جنہیں قوم کی صحت سے دلچسپی ہے ہندوستان میں ملیریا ایسی شدت سے پھیل جاتا ہے کہ ہر سال قریباً دس کروڑ نفوس اس مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں اور ہر سال اس مرض سے بیس لاکھ انسان موت کا لقمہ بن جاتے ہیں۔ عام طور پر پرانے زمانے میں اس مرض کی علامتیں بخوبی معلوم یا مسلّم نہیں تھیں اور اکثر حالات میں لوگ اسے دیگر امراض سے تعبیر کر دیتے تھے۔

ملیریا کی مخصوص علامات

ملیریا ایک متعدی مرض ہے جو مچھروں کے ذریعہ ایک انسان سے دوسرے انسان کو لگ جاتا ہے۔ اس امر کے متعلق علمی تحقیق دور حاضرہ کا واقعہ ہے۔ لیکن یہ عقیدہ کہ کاٹنے والے کیڑے بنی نوع آدم کو بخار میں مبتلا کرنے میں نمایاں اثر رکھتے ہیں مسیحی دور سے صدیوں پہلے موجود تھا فینن، لیورن، راس اور گراسی نے

مساعیٔ جمیلہ سے یہ امر بلاشک وشبہ ثابت کر دیا ہے کہ ایک خاص قسم کا مچھر ملیریا کے پھیلانے کا خاص سبب ہے۔ یہ خاص مچھر اپنی دوسری قسموں سے اس طرح پہچانا جا سکتا ہے کہ اس کے پروں پر نقطے ہوتے ہیں اور جب یہ بیٹھ جاتا ہے تو اس کا پچھلا حصہ اوپر کو اُٹھا رہتا ہے اس طریقہ سے ملیریا کی بیماری کا ایک دور قائم رہتا ہے۔ یعنی یہ بیماری انسان سے مچھر میں اور مچھر سے انسان میں منتقل ہوتی رہتی ہے۔ خاص مچھر جو بیماری سے بالکل پاک ہوتا ہے۔ انسان کو کاٹتا اور اس کا خون پیتا ہے اور یہ مچھر اس طریقہ سے خون کے ساتھ ملیریا کے جراثیم چوس لیتا ہے اور جب یہی مچھر کسی تندرست آدمی کو کاٹتا ہے تو جراثیم انسانی خون میں سرایت کر جاتے ہیں۔ مچھر کے کاٹنے کے بعد دس دن سے چودہ دن یا بعض حالات میں چھ مہینے بعد انسان موسمی بخار میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ابتدائی علامتیں بالعموم یہ ہیں کہ انسان کی بھوک اور نیند کم ہو جاتی ہے پسینہ کم آتا ہے اور کھال خشک ہو جاتی ہے۔ اعضا شکنی کے علاوہ جسم اکڑ جاتا ہے اور انسان پر لرزہ طاری ہو جاتا ہے۔ بعض مریضوں کو دردِ سر کے علاوہ عام بے چینی اور کمزوری لاحق ہو جاتی ہے، اس کے بعد سردی محسوس ہوتی ہے۔ مریض پر لرزہ طاری ہو جاتا ہے اور وہ لیٹ جانے کے لئے مجبور ہو جاتا ہے۔ درجۂ حرارت ۱۰۴ یا اس سے زیادہ ہو جاتا ہے۔ بخار روز ہوتا ہے یا ہر تیسرے یا چوتھے دن۔ بعض علاقوں کا ملیریا مہلک ہوتا ہے اور یہ دو قسم کا ہوتا ہے۔ ایک میں بخار ہر وقت رہتا ہے اور دوسرے میں نوبتی طریقہ سے چڑھتا رہتا ہے اور اگر ابتدا میں علاج نہ کیا جائے، تو ملیریا عموماً مہلک ہوتا ہے۔

ملیریا کا علاج

آج کل کونین کو ملیریا کی مؤثر دوا تسلیم کر لی گئی ہے اس بات پر زیادہ زور دینے کی ضرورت نہیں کہ اس بخار کے حملہ کے بعد کافی دنوں تک کونین کا استعمال ضروری ہے کیونکہ ایسا نہ کرنے سے بخار پھر لاحق ہو کر خطرناک صورت اختیار کر لیتا ہے جتنا کہ بخار کا دور کرنا لازمی ہے ویسے ہی بخار کے بعد بھی علاج جاری رکھنا ضروری ہے۔

سر رانلڈ راس نے تجویز کیا ہے کہ دس ہفتے تک کونین استعمال کی جائے یعنی دو ہفتہ تک تو کونین سلفیٹ یا ہائی ڈرو کلورائیڈ روزانہ ۱۵ گرین کی مقدار میں اور باقی ۸ ہفتے میں ۲ یوم فی ہفتہ مذکورہ دوائیں ۱۰ گرین کی مقدار میں دی جائیں۔ اس حساب سے مریض کو ۹۰ گرین کونین کھلا دی جائے جن علاقوں میں ملیریا پھیل رہا ہو۔ ہفتہ میں دو مرتبہ ملیریا کے سدباب کے لئے ۷ گرین کونین روزانہ کھانی چاہئے یعنی ہر جمعرات اور ہر سنیچر (پیر) کے دن۔ کونین انفلوئنزا (وبائی نزلہ) اور زکام کا بھی موثر علاج ہے اور پھیپھڑوں کے امراض سے انسان کو بچاتی ہے۔ خون کی کمی، زکام اور کمزوری کی حالت میں بھی کونین بہت مفید ہے۔

ملیریا کے انسداد کے لئے سنہ ۱۹۵۰-۵۱ء کی ۱۰ سالہ مدت میں ۴۱۲۳۶۳ روپے کی کونین مفت تقسیم کی اور یہ مریضوں کے اس علاج کے علاوہ ہے جو شفاخانوں میں کیا گیا۔ کونین کی تقسیم کے لئے ۶۷ خاص مرکز قائم کئے گئے۔ ڈسٹرکٹ بورڈ، میونسپل بورڈ، فوج اور ریلوے کے حکام نے متحد ہو کر ملیریا کی روک تھام کے لئے تجاویز مرتب کر لی ہیں۔ انسدادی تدابیر کے طور پر جوہڑوں

اور تالابوں کا پانی خشک کیا جاتا ہے۔ گڑھے مٹی سے پُر کئے جاتے ہیں۔ مچھر کے بچوں کو ہلاک کرنے کے لئے بند پانی کی سطح پر مٹی کا تیل چھڑک دیا جاتا ہے۔ مکانات اور چارپائیوں کے گرد تار کی جالی یا مچھر دانیاں لگائی جاتی ہیں اور ملیریا پیدا کرنے والے مچھروں کی ہلاکت کے لئے مکانات پر اور بالخصوص اصطبلوں اور مویشی خانوں میں جہاں یہ مچھر دن کے وقت آرام کرتے ہیں پچکاری سے دوا کا چھڑکاؤ کیا جاتا ہے۔ ہندوستان میں ملیریا کا مسئلہ اس قدر وسیع ہے کہ جب تک عوام الناس اپنی ذمہ داری کو محسوس کرتے ہوئے اس مرض کے انسداد کیلئے گورنمنٹ کے ساتھ تعاون نہ کریں گے گورنمنٹ تنہا اپنی مساعی میں کامیاب نہیں ہوسکتی کیونکہ عوام الناس کی فوری امداد اور فوری شرکت عمل کے بغیر زیادہ کامیابی کی توقع نہیں ہوسکتی۔ یہ ہر ایک شہری کا فرض اولین ہونا چاہئے کہ ان حالات کا جن میں ملیریا پیدا کرنے والا مچھر پلتا اور بڑھتا ہے قلع قمع کر دیا جائے۔ یورپ اور بالخصوص ٹرکی میں خاص قوانین منظور کئے گئے ہیں جن کی رو سے مکانات کے مالکان کا یہ فرض قرار دے دیا گیا ہے کہ وہ اپنی جائداد سے مچھر پیدا کرنے والے مقامات کو دُور کر دیں اور ملیریا والے علاقہ میں لوگوں پر یہ فرض عائد کیا گیا ہے کہ وہ اپنے علاقوں میں ملیریا کی انسدادی تدابیر پر عمل کرنے کے لئے مفت امداد دیں یا بصورتِ دیگر مالی امداد پیش کریں۔ ملیریا کے ہر ایک مریض کو کونین کے مسلسل استعمال سے صرف ذاتی فائدہ ہی مدنظر نہیں رکھنا چاہئے، بلکہ اسے کونین کا استعمال اپنا اخلاقی فرض قرار دینا چاہئے۔ انسدادی تدابیر پر کاربند ہونا ہر ایک شخص کا فرض ہے تاکہ ملیریا سے نجات مل جائے کیونکہ ہر ایک مریض سے اس مرض کی چھوت لگ جانا لازمی ہے اور اس طریقہ سے ہر ایک مریض اپنے گرد و پیش رہنے والے لوگوں کے لئے خطرے کا موجب بن جاتا ہے۔ تمام لوگوں کا فرض ہے کہ وہ ملیریا کے مریضوں کو مناسب علاج کی ترغیب دیں اور انہیں چاہئے کہ وہ اپنے رشتے داروں اور اپنے علاقہ کے ضرورت مند لوگوں کے درمیان کونین کی گولیاں تقسیم کریں اور اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ لوگ اُن کو باقاعدہ استعمال بھی کریں

دق وسل کا علاج بالغذا

(از جناب حکیم حافظ مولوی محمد قسیم الدین صاحب کھاتولی)

روغنی چیزیں شکل میں قابل ترجیح واستعمال ہیں اور دودھ بہترین چیز ہے۔ تپ دق
وغنی چیزیں! اور بالخصوص دودھ! یہ عام دماغوں کے لئے ایک ایسا ہولناک تخیل ہے جس
ے ایسا محسوس کیا جاتا ہے گویا تپ دق ایک زہریلا سانپ ہے جو دودھ پلانے سے پرورش پاتا
ے۔ بلاشک یہ مرض ایک سانپ ہے لیکن اس کے زہر کا تریاق دودھ ہے۔ مرض دق دشمن
ت ہے اور دودھ وسیلۂ حیات! مرض دق مریض کو دبلا اور بے جان کر دیتا ہے اور دودھ
یض کو فربہ اور طاقت ور بناتا ہے۔ جدید تحقیقات کے لحاظ سے مریضان دق کے لئے ہر ڈاکٹر
ینی غذا اور دوا کی پُر زور سفارش کرتا ہے۔ اسی قسم کی چیزوں کے انجکشن بھی دیے جاتے ہیں،
تک جس قدر حیاتینیں آپ کے علم میں ہیں وہ سب دودھ کے اندر موجود ہیں۔ قدیم تحقیقات
ے لحاظ سے اگر اطمینان حاصل کرنا ہو تو قدما کی سفارشیں اور استعمالات دودھ کے متعلق طبی
ب میں ملاحظہ فرمائیں مثلاً شیر زن، شیر بز، شیر مادۂ خر، عرق شیر وغیرہ۔

معجون مقوی رحم

یہ دوا عورتوں کی جسمانی صحت کو ٹھیک کرنے کے علاوہ ان کی تمام دوسری شکایتوں کو بھی
دور کر دیتی ہے۔ سیلان الرحم (لیوکوریا) سیلان غدۂ ودی اور ورم رحم کو حیرت انگیز طریقے سے
دور کر دیتی ہے۔ رحم، خصیۃ الرحم، اور نلوں کو قوت پہونچاتی ہے۔ ماہواری کی خرابیاں اس
کے استعمال سے قطعی دور ہو جاتی ہیں۔ ماہواری خون (حیض) مقررہ وقت پر آنا شروع ہو
جاتا ہے نیز اس دوا سے اختناق الرحم (ہسٹریا) کو بھی بے حد فائدہ پہونچتا ہے۔ ضرورت مند
عورتوں کو اس انمول دوا سے ضرور فائدہ اٹھانا چاہئے۔ ترکیب استعمال کا پرچہ دوا کے
ہمراہ ارسال کیا جائے گا۔ قیمت فی شیشی صرف دو روپے آٹھ آنے (عہ) ✦

نکتہ:۔ قدمائے شیر مادہ گاؤ کے متعلق بہت کچھ تعریف و توصیف بیان کی ہے لیکن جہاں تک خاکسار کو ناقص علم ہے مریضان دق کے لئے شیر مادہ گاؤ مستثنیٰ رکھا گیا ہے۔ موجودہ تحقیقاتیں بتا رہی ہیں کہ گائے کو بھی مرض سل لاحق ہو جاتا ہے اس سے پتہ چلتا ہے کہ متقدمین اس حقیقت کو پہلے ہی معلوم کر چکے تھے۔ بہرحال بخار کی حالت میں بھی غذا مقوی دیں اور اس حد تک دیں جس کو مریض کی قوت ہضم برداشت کر سکے۔

ڈاکٹر جرسن بغیر نمک والی غذا کی سفارش کرتے ہیں۔ اور اس کے نہایت عمدہ نتائج بتاتے ہیں وہ بغیر پکی ہوئی حیاتین سے معمور غذا پسند کرتے ہیں۔ آپ نے مندرجہ ذیل غذا کا تناسب مریضان دق کے لئے بنایا ہے:۔ مواد لحمیہ ۹۰ گرام۔ روغنیات ۱۶۰ گرام، اجزاء سکریہ و نشائیہ ۲۲۰ گرام، کہا جاتا ہے کہ اجزائے نشائیہ و شکریہ مرض سل کو پھیلنے میں مدد دیتے ہیں اور مواد لحمیہ اس کو کم کرتے ہیں۔ چربیاں قوت مدافعت کو بڑھاتی ہیں۔

مریض کے لئے غذا ایسی تجویز کرنی چاہئے جو اس کے معدے کے لئے موزوں ہو۔ جن مریضوں کی حالت بہتر ہو ان کی غذا میں چربی دار چیزیں ذرا زیادہ کر دینی چاہئیں۔ مریض کی اشتہا بڑھانے کے لئے پیاز، رائی، اچار اور چٹنیاں جو مناسب حال ہوں مفید ہیں۔ مریض کو مغذی اشیاء ضرور دینی چاہئیں جو مقدار میں کم اور تغذیہ میں زیادہ ہوں۔

پروفیسر ادسلر لکھتے ہیں " مریض سل کا انجام زیادہ تر مریض کے تغذیہ کی نوعیت پر منحصر ہے اور مریض کے تغذیہ کا سوال اس لحاظ سے نہایت اہم اور ضروری ہو جاتا ہے "
ڈاکٹر جان رسل نے " میڈیکل ریکارڈ " میں لکھا ہے کہ " سل رلونی کا سبب چونہ (کیلسیم) کا فقدان یا کمی ہے " مرض سل کے بیماروں کے لئے غذا کی فہرست درج ذیل کی جاتی ہے۔

(۱) دودھ بلازموں کے ساتھ ——— (۲) دانی رال جو ہڈیوں کے سرخ گودے، انسرنگٹ مالٹ اور انڈوں پر مشتمل ہے ——— (۳) کچے گوشت کا رس ۲ سے ۴ درہم۔ صبح وشام ——— (۴) تازہ کریم ہمراہ دودھ علے الصباح۔ بکری کا دودھ قابل ترجیح ہے کیونکہ یہ حیوان مرض سل سے قدرتاً محفوظ ہے ——— (۵) اولنیین، سیناٹوجن بہترین اشیاء ہیں ——— (۶) پیاز، لہسن، گاجر، ٹماٹر وغیرہ کچی شکل میں نہایت مفید ہیں ——— (۷) روغن جگر ماہی ——— (۸) چوزۂ مرغ کا شوربہ۔

تازہ پھل، تازہ سبزیاں مناسب مقدار میں دیں بعض لوگوں نے کیلے کی اس مرض میں بہت تعریف کی ہے ✦

پائیوریا (مسوڑھوں کے زخم)

(پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب ٹیابرج کلکتہ)

ناظرین رسالہ چشمۂ حیات کے کئی خط مجھے ملے ہیں کہ میں پائیوریا کے متعلق کچھ لکھوں ۔ لہٰذا میں آج کی صحبت میں اس موذی مرض کے متعلق اپنی رائے لکھتا ہوں۔ میں اپنے ناظرین کرام کا بے حد مشکور ہوں کہ وہ مجھے اپنی خدمت کا موقع دینے میں فراموش نہیں کرتے۔ نیز میں مُدیر صاحب رسالہ چشمۂ حیات کا سچے دل سے شکرگذار ہوں کہ آپ میرے حقیر مضامین ماہ بماہ رسالہ ہذا میں شائع فرماکر سینکڑوں عاجز و مایوس العلاج مریضوں پر احسان عظیم فرماتے ہیں۔ چونکہ آپ کے دل میں قومی ہمدردی، طبی خدمت اور علم طب کی قدر و منزلت حد سے زیادہ ہے اور یہ اسی کا نتیجہ ہے کہ اس "قحط القرطاس" کاغذ کی ہوشربا گرانی کے وقت بھی آپ رسالہ چشمۂ حیات کو اُسی آب و تاب کے ساتھ ماہ بماہ شائع کرکے طبی دنیا پر ایک احسان عظیم فرما رہے ہیں میں بلاخوف تردید یہ کہوں گا کہ آپ علم طب کے سرپرست اور طبی دنیا کے لئے فرشتۂ رحمت ہیں۔ خدا عمر میں برکت دیوے اور فنی خدمات کا جذبہ یونہی ہمیشہ ہمیشہ برقرار رہے ۔

کیفیت مرض :- اس مرض کو ڈاکٹری میں پائریا اور طبی لغت میں قروح لثہ یا ناصور کہتے ہیں اور اس مرض کو سنہ ۱۸۹۲ئہ میں ڈاکٹر ریگز نے تحقیق کیا تھا۔ اس لئے اس کا قدیمی ڈاکٹری نام۔ ریگز ڈی زیز ہے۔ اس مرض میں مسوڑھے متورم ہوجاتے ہیں۔ اُن سے پیپ و

خون آنے لگتا ہے۔اس لئے کہ دانتوں کے جبڑوں میں زخم ہو جاتے ہیں اور ان میں ایک قسم کے کیڑے جن کا نام "اسٹر یپٹوکوکس" ہے پیدا ہو جاتے ہیں جو دانت کے جبڑوں کو چاٹ چاٹ کر مواد کی شکل میں رطوبت خارج کیا کرتے ہیں۔

اسباب مرض:۔ دانتوں کو اگر خوب صاف نہ کر لیا جاوے۔ خلال بعد از غذا نہ کیا جاوے۔ دانتوں کو برش یا مسواک سے رگڑ کر نہ دھویا جاوے تو کیا ہوتا ہے؟ کھانے کے ذرات جنہیں "فوڈ پارٹیکلس" کہتے ہیں (خواہ روٹی یا گوشت یا چاول کے ریزے) دانت کے سوراخوں میں رہ جاتے ہیں اور ان میں کیڑے لگ جاتے ہیں بس وہ کیڑے مسوڑوں کے گوشت کو کھانا شروع کر دیتے اور زخم ڈال دیتے ہیں۔ اور جن لوگوں کو قبض شدید کی شکایت رہا کرتی ہے ان کے دانتوں پر بھی برا اثر پڑتا ہے اور پائریا کے شکار ہو جایا کرتے ہیں۔

حفظان صحت:۔ صحت کے تحفظ کے لئے یہ ضروری ہے کہ کھانا کھانے کے بعد دانتوں کو برش سے خوب رگڑ کر صاف کر لینا چاہیئے۔ ورنہ اس موذی مرض پائریا کے جراثیم جو پیپ پیدا کرتے رہتے ہیں۔ یہ پیپ اکثر معدے میں داخل ہو جاتی ہے اور معدے کی تیزابیت (ہائیڈروکلورک ایڈ) کو نقصان پہونچا کر بدہضمی، ڈائریا، ورم معدہ جیسے مرض پیدا کر دیتی ہے۔

شافی و مکمل علاج ہدایات مذکورہ بالا کو مد نظر رکھتے ہوئے اس پر عمل کریں یعنی کھانے کے بعد صاف تنکے سے دانتوں کے سوراخوں میں جو غذا چپکی ہوئی رہ جائے اسے ضرور صاف کر لیا کریں اور صبح سویرے جب سو کر اٹھیں تو مندرجہ ذیل

ڈاکٹری یا یونانی منجوں وپیسٹ سے منہ دھویا کریں۔ روزانہ انہی منجنوں سے دانت مانجا کریں۔ انشاء اللہ کبھی پائریا یا مسوڑوں کی کوئی تکلیف نہ ہوگی۔

(۱) سنون اکسیر درد دندان (یونانی نسخہ منجن):۔ ناگرموتھا ۲ تولہ، کبابہ خنداں ۲ تولہ، کرنجوہ سوختہ ۵ تولہ، بیخ مرجان سوختہ ۲ تولہ، برگ گاؤزبان سوختہ ۲ تولہ، گلنار فارسی ۲ تولہ، مائین خُرد ۲ تولہ، مصطگی رومی محلول ۲ تولہ، عاقرقرحا ۲ تولہ، نمک لاہوری ۱۲ تولہ، ان تمام ادویہ کو (علاوہ مصطگی محلول کے) کوٹ کر کپڑے میں چھان کر۔ بعدہٗ پسی ہوئی مصطگی ملا کر سنون (منجن) تیار کر کے رکھ چھوڑیں۔ اور روزانہ صبح سویرے اسی منجن سے دانت، منہ (اندرونی) دھویا کریں، دانتوں کی جملہ شکایات کے لئے تیر بہدف ہے۔ سینکڑوں بار کا آزمودہ ہے۔

(۲) ٹوتھ پیسٹ (ڈاکٹری نسخہ منجن):۔ کھریا مٹی جسے چاک (Chalk) کہتے ہیں آدھ سیر کر خوب باریک پیسیں۔ بعدہٗ صاف کھرل میں تھائی مل ایک ڈرام، کیمفر ایک ڈرام، مینتھل ایک ڈرام۔ یہ تینوں چیزیں ڈال کر پیسیں۔ جب تیل کی مانند ہو جائیں۔ مذکورہ بالا چاک کا سفوف اس میں ڈال کر خوب کھرل کریں۔ جب کھریا مٹی یعنی چاک میں وہ دوا پیوست ہو جائے گلائی کو تھائی مولین ۴ اونس۔ پیور گلیسرین ۸ اونس اضافہ کر کے خوب گھوٹیں۔ جب مثل کریم کے ہو جائے شیشی میں محفوظ رکھیں۔ یہ نہایت اعلیٰ درجہ کا خوشبودار پیسٹ کا نسخہ ہے جو دانتوں کے تمامی امراض کے لئے تیر بہدف ہے دانتوں کو صاف اور امراض سے پاک رکھتا ہے یہ نسخہ ایرین کیمیکل ورکس بمبئی کو میں نے کافی فیس کی رقم لے کر بتایا اور اسی نسخے کی بدولت مذکورہ بالا کمپنی نے ہزاروں روپے پیدا کئے۔ کمپنی مذکور نے اس نسخہ کا نام تھائی مو پیپسوڈینٹ (Thymo Pepsodent) رکھ چھوڑا ہے۔ لیکن اپنے محبوب ناظرین کی خاطر میں نے یہ بیش بہا نسخہ بلا بخل صحیح پیش کر دیا ہے۔

(۳) روغن اکسیر پائریا:۔ مرض پائریا کے لئے یہ روغن عجیب الاثر ہے ۱۵ روز کے استعمال سے پائریا جیسا نامراد مرض نیست ونابود ہوجاتا ہے۔ اگر آپ اس مرض میں مبتلا ہیں تو فوراً یہ روغن استعمال کرکے دائمی نجات حاصل کیجئے۔ پائریا کا شافی بکمل علاج ہے۔ (نسخہ) گوئینا ہائیڈروکلور، مارفین ہائیڈروکلوراتھائی مول، بین تقل کرسٹل، کلارل ہائیڈریٹ، آئیل لکونزا آئیل سینامن، آئیل کاجوپوٹی، آئیل مرہ، اوئیم کیمفورٹیا، آئیل سی سیم، باہم کھرل کرکے شیشی میں محفوظ رکھیں۔ مقام ماؤف پر یعنی جس دانت میں پائریا کا اثر ہو روئی کی پھریری میں یہ روغن اکسیر تر کرکے لگائیں۔ اس کے لگاتے ہی فوراً رال بہے گی اور پیپ خارج ہوکر ۱۰ منٹ میں آرام ہو جائیگا۔ اور اس طرح مداومت کرنے سے ہمیشہ کے لئے اس موذی مرض سے نجات مل جائے گی۔ اگر سارے دانت پائیریا کا شکار ہورہے ہوں تو تین قطرے یہ روغن اکسیر چار اونس گرم پانی میں ڈال کر صبح وشام کلی کرلیا کریں اور کلی کے بعد روئی کی پھریری سے یہ روغن دانتوں پر اچھی طرح لگادیا کریں۔ پیپ، خون، زخم، ورم، ناصور تمامی شکایات کو دفع کرکے ہلتے ہوئے دانتوں کو بھی جمادیتا ہے۔ ہمارا معمول مطب ہے۔ ہندوستان وبیرون ہند کے صدہا مایوس العلاج مریض اس روغن اکسیر سے شفایاب ہوگئے ✚ خادم طب والاطباء۔ ڈاکٹر محمد عبدالشکور ✚

سنون اکبر (رجسٹرڈ)

پیپ جو مسوڑوں میں پیدا ہوجاتی ہے اس کی طرف سے اگر بے توجہی اختیار کی جائے تو پھر اس کا علاج طبیب ڈاکٹر ہی جانتے ہیں کہ کتنا دشوار ہوتا ہے: مسوڑوں کی پیپ جو غذا کے ذریعہ معدہ میں جاتی ہے وہ ایک خوفناک بیماری، ایک ہلکی اور قائم رہنے والی حرارت پیدا کردیتی ہے اور رفتہ رفتہ یہ حرارت دق کا بخار ہوجاتی ہے پس دانتوں کو ہمیشہ صاف ستھرا رکھنا چاہیئے اور اس کے لئے سنون اکبر کا استعمال کیجئے۔ جو دانتوں کو مضبوط کرتا، مسوڑوں سے خون آنے کو روکتا اور ہلتے ہوئے دانتوں کو جمادیتا ہے بشرطیکہ دانت اپنی جگہ نہ چھوڑ چکے ہوں۔ مسوڑوں کے ورم کو رفع کرتا ہے۔ خراب رطوبت کو خشک کرتا ہے۔ نہایت خوشبودار ہے۔ اگر دانتوں کی حفاظت منظور ہے تو آج ہی سے سنون اکبر کا استعمال شروع کردیجئے۔ ترکیب استعمال: سوتے وقت دانتوں پر ملیں اور کلی نہ کریں صبح کو صاف کریں۔ قیمت فی شیشی صرف آٹھ آنے (۸؍) ✚

خوشبودار تیل بنانا

آج کل خوشبودار تیل کی مانگ ملک میں بہت بڑھی ہوئی ہے۔ تاجروں نے اس کی بدولت لاکھوں روپے کمائے ہیں۔ ناظرین رسالہ چشمۂ حیات میں سے بھی جو صاحبان اس طرف توجہ فرمائیں گے وہ یقیناً بہت کچھ کمائیں گے۔ خوشبودار تیل بنانے کے جو طریقے ذیل میں درج کر رہا ہوں، یقین جانیئے کہ میں نے ان کے حصول میں اپنی عمر کا ایک قیمتی حصہ گذارا ہے۔ سینکڑوں روپے کتب صنعت وحرفت پر خرچ کئے ہیں۔ برسوں اس فن کے استادوں کی خدمت کی ہے اور کئی سو روپے تجربات پر صرف کئے ہیں۔ تب کہیں جا کر اب میں یہ چیز اشاعت کے لئے بھیجنے کے قابل ہوا ہوں۔ اُمید ہے کہ چشمۂ حیات کے ناظرین میرے سالہا سال کے تجربات سے فائدہ اٹھائیں گے تو مجھے دعائے خیر سے یاد فرمانا نہیں بھولیں گے۔

تیل صاف کرنے کا طریقہ خوشبودار تیل بنانے کا یہ پہلا مرحلہ نہایت ضروری ہے۔ اس لئے پہلے اس پر روشنی ڈالی جاتی ہے اور تیل صاف کرنے کے دو مجرب طریقے عرض کئے جاتے ہیں۔

(۱) حسب ضرورت تیل لے کر لوہے یا تانبے کے قلعی دار صاف برتن میں آگ پر اس قدر گرم کریں کہ تیل سے پانی کی نمی بالکل دور ہو جائے پھر ایک سیر تیل کے لئے ایک تولہ کے حساب سے تیزاب گندھک لیں اور اس کے تین حصے کرکے ایک حصہ تیل میں ملا دیں اور ۲۰ منٹ تک ہلاتے رہیں پھر دوسرا حصہ ڈالیں پھر تیسرا۔ اور تیل کو ہلا کر ساکت رکھدیں۔ دو روز کے بعد تمام میل تیل سے علیحدہ ہو کر تہ نشین ہو جائے گی۔ اب تیل کو احتیاط سے نتھار لیں اور اسے صاف سمجھیں۔ مگر اس میں تیزابیت کا اثر ابھی باقی ہے اس تیزابیت کو دور کرنے کے لئے تیل میں تین پاؤ فی سیر کے حساب سے پانی ڈال کر نصف گھنٹہ تک ہلائیں اور ساکت رکھ دیں ۲۴ گھنٹے کے بعد تمام تیزاب پانی میں مل کر تیل کے نیچے بیٹھ جائے گا۔ اب تیل کو نہایت احتیاط سے نتھار لیں پس اب اس کی تیزابیت بھی چلی گئی مگر پانی کی کثافت کے سبب تیل شفاف نہیں ہوگا۔ اس کو شفاف بنانے کے لئے تھوڑی دیر نرم آگ پر رکھیں تاکہ پانی خشک ہو کر تیل شیشہ کی طرح صاف شفاف نکل آئے پس خوشبودار تیل بنانے کے لئے یہی صاف تیل مطلوب ہے جو تیار ہو گیا ہے۔

(۲) دس سیر تیل کو چینی یا مٹی یا تانبہ کے قلعی دار برتن میں ڈال کر نرم آگ پر اس قدر گرم کریں کہ پانی کی نمی دور ہو جائے اب اس میں ۸ تولہ تیزاب گندھک تھوڑا تھوڑا کرکے ملائیں تھوڑی دیر بعد تیل سبزی مائل ہو جائے گا۔ اب اس میں ۱۰ تولہ پھٹکری سفید اور ۴ تولہ کف دریا باریک پیس کر ملائیں اور لکڑی سے چند منٹ تک ہلاتے رہیں پھر رکھدیں۔ چار پانچ روز میں میل

نیچے بیٹھ جائے گا۔ اوپر سے تیل نتھار کر بطریق مندرجہ بالا تین پاؤ فی سیر کے حساب سے پانی ملا کر تیزاب کا اثر زائل کر دیں اور پھر تیل کو نتھار کر آگ پر گرم کر کے پانی کی نمی کو اڑا دیں۔ پس صاف تیل تیار ہے (نوٹ) ہر تیل میں سے پانی کو اچھی طرح سے خشک کر لینا چاہیئے ورنہ خراب ہونے کا تعفن امکان ہے۔

تیل میں خوشبو ملانے کا طریقہ

بنزآئیل ایسی ٹیٹ ایک پونڈ، یا رو یا روہم اونس کو کسی بوتل میں ڈال کر ۲۰ منٹ تک ہلائیں۔ دونوں چیزیں مل کر ایک خوشبودار مرکب تیار ہو جائے گا۔ ہر ایک خوشبو میں اس مرکب کو خوشبو کے وزن کے برابر ملا دیں اور اس مرکب اثر کب کو تیل صاف شدہ میں ملا دیں اور ایک ہفتہ پڑا رہنے دیں۔ تاکہ خوشبو تیل میں اچھی طرح جذب ہو جائے۔ ایک دو بار روزانہ ہلا دیا کریں۔ اس کے بعد بوتلوں میں بھر کر لیبل وغیرہ لگا کر بند کر کے مارکیٹ میں سے جائیں۔

تیل میں رنگ دینے کا طریقہ

آدھ سیر تلی کا صاف تیل کسی برتن میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور اس میں ایک اونس خشک رنگ (جس کی ضرورت ہو) شامل کر کے حل کریں اور تھوڑی دیر کے لئے رکھ چھوڑیں جب ٹھنڈا ہو جائے تو اوپر سے نتھار کر محفوظ رکھیں اور بوقت ضرورت کام میں لائیں + اکثر دوکانوں سے رنگ کا محلول بنا بنایا بھی مل جاتا ہے + بھائیو! دنیا کی تمام ترقی اور کامیابی کا دارومدار محنت اور دیانتداری پر منحصر ہے اٹھو! ہاتھ پاؤں توڑ کر نہ بیٹھو! کامیابی کھڑی تمہارا منہ تک رہی ہے آؤ، اس کی آغوش میں آجاؤ!

اٹھو ورنہ حشر نہیں ہوگا پھر کبھی
دوڑو! زمانہ چال قیامت کی چل گیا

"نور محمد"

غزل

از جناب ظفر تاباں صاحب

کیا شانِ بقا ذوقِ جنوں نے ہمیں دی ہے
اب دل میں کسی چیز کا غم ہے نہ خوشی ہے

کانٹوں کو حیاتِ ابدی بخشنے والے
پھولوں کو فقط ہستیٔ دو روزہ ملی ہے

اپنی ہوسِ دید کو بدنام کریں کیوں؟
خود حسن کی فطرت میں تماشا طلبی ہے

کہتے ہیں تری جلوہ گہِ ناز ہے دنیا
اب ہوش میں آنا بھی یہاں بے ادبی ہے

جس دم نظر آجائے ترا حسنِ دل آرا
میرے لئے وہ لمحہ حیاتِ ابدی ہے

جبتک نہ ہو دل واقفِ اسرارِ خدائی
اے شیخ وہ سجدے نہیں بیہودہ سری ہے

پروانے سرِ شام ہی جس سے تڑپ اٹھے
وہ آگ دلِ شمع میں تا صبح جلی ہے

ہونٹوں کو بھی جنبش ہوئی کچھ عرضِ وفا پر
کچھ بات ترے سامنے آنکھوں نے بھی کی ہے

جب دیکھنے والوں سے نہاں تھے ترے جلوے
جلوے ہیں تو اب دیکھنے والوں کی کمی ہے

ملتا ہے تری یاد سے کچھ دل کو سکوں بھی
کچھ یاد تری روح کو تڑپا بھی رہی ہے

ہے تشنگیٔ دل بھی گوارا مجھے تاباں
خوش ہوں کہ اسی میں مرے ساقی کی خوشی ہے

مجربات

از جناب حکیم گوپالداس پوری صاحب خواصپور امرتسر

(۱) دوار الذحیر

یہ دوا سنگ رہنی کے لئے اکسیر ہے نیز ہر قسم کے دستوں کے لئے بھی مفید ثابت ہوئی ہے۔

ناگرموتھا	موچرس
لودھ پٹھانی	بیل گری
گل دھاوا	افیون
اندرجو شیریں	پارہ مصفیٰ
گندھک آملہ سار مصفیٰ	ہموزن

لے کر ان میں سے پارہ اور گندھک کی کجلی کریں اور باقی سب ادویات کو خوب باریک کرکے کجلی میں ملا کر ۸ گھنٹہ تک خوب کھرل کریں۔ ۲ رتی کے قریب کھانڈ کے ہمراہ ملاکر چھاچھ کے ساتھ کھانے سے ہر قسم کے دست بند ہو جاتے ہیں۔ خاص کر سنگرہنی کے لئے بھی اکسیر کا حکم رکھتی ہے۔ شربت انجبار کے ساتھ بھی دے سکتے ہیں۔

(۲) حب کندر

احتلام کے لئے یہ دوا لاجواب ثابت ہوئی ہے بارہا کی مجرب اور آزمودہ ہے۔

کندر	ایک تولہ
شاہ بلوط کا مغز	ایک تولہ
گلنار	ایک تولہ
تخم قنب	ایک تولہ
کافور	۶ ماشہ
زعفران	۶ رتی

تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر لعاب اسبغول کے ہمراہ گولیاں نخود کے برابر بنائیں۔ اور ایک گولی رات کو سوتے وقت تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ نیز اگر قبض کی شکایت ہو جائے تو مکھن کے ساتھ ہی روٹی کھائیں اور مکھن کا استعمال زیادہ رکھیں۔ ترش، قابض، تیل، کچا میٹھا، دودھ، اور دودھ کی بنی ہوئی اشیاء سے پرہیز کریں۔

(۳) سفوف اسطوخودوس

اسطوخودوس	۶ ماشہ
کشنیز خشک	۴ ماشہ
کالی مرچ	۶ عدد

کی ایک پڑیہ بنالیں۔ آفتاب کے طلوع ہونے سے ایک گھنٹہ پیشتر ۲ چھٹانک تازہ پانی سے گھوٹ کر چھان کر بغیر نمک یا مصری ملائے پھیکا نوش کریں۔ مگر پہلے ایک بتاشہ یا ایک ماشہ کا مصری کا ٹکڑا کھالیں۔ دو یوم یا زیادہ سے زیادہ تین یوم تک اسی طرح کریں

درد اعصاب کے لئے بے نظیر ہے اس دوا کو کرامت پکارا جائے تو بجا ہے۔ یہ وہ ظالم درد ہے جو آفتاب طلوع ہوتے ہی شروع ہو کر شام کو کم ہو جاتا ہے یعنی جوں جوں آفتاب نکلتا ہے یہ درد بھی ترقی پکڑتا جاتا ہے آخر قریب شام غروب آفتاب کے وقت یہ درد بھی کم ہو جاتا ہے۔ یہ سفوف صبح شام تازہ پانی کے ہمراہ کھانے سے ہر قسم کا پرانے سے پرانا دردسر دور ہو جاتا ہے۔ غذا:- دال اور پھلکہ وغیرہ استعمال کریں۔ آلو، دال نخود اور بڑیاں وغیرہ ثقیل اشیا سے پرہیز لازمی ہے

از جناب حکیم ابوالمعز محمد شمس الحق خان صاحب امرتسر

(۴) جوارش شمسی

عاقرقرحا	جائفل
جاوتری	قرنفل
سنگھاڑا خشک	بپستال
دانہ الائچی خورد	آملہ

فل فل سیاہ	زنجبیل
فل فل دراز	مساوی الوزن

کوفتہ کرکے عسل سہ چند میں سرشتہ کریں، روزانہ بقدر ضرورت کھائیں۔ پانی سرد اور ترش اشیا کے استعمال سے پرہیز کریں اور مرطوب و مرغن غذا کھائیں۔ فوائد:- مقوی باہ اور ممسک ہے۔ تنوظ لاتا ہے۔ سردی اعصاب اور استرخاء عضو تناسل میں بالخصوص مفید ہے محرک روح و پتے ہے۔

(۵) تریاق مسرت

موصلی سیاہ	۲۵ تولہ

باریک کرکے شیر گاؤ میں جوش دیں اور جذب ہو جانے پر سایہ میں خشک کریں

جائفل	ایک تولہ
بسباسہ	ایک تولہ

باریک سفوف بنا کر شہد مقوم میں ملا کر سب کو یکجا کریں اور حبوب بنائیں حسب مزاج استعمال کریں اگر قدرے ہینگ بھی ملائیں تو

اس کی تاثیر عجیب و غریب ہو جاتی ہے۔ اور مشتہی طعام بھی ہوگی۔ فوائد: مقوی باہ ہے مغلظ و مسک ہے مجرب اور معمول احقر شب و روز کا ہے جملہ داخلی عوارضات کو مفید ہے۔

(۶) حب سیماب نمبری

سیماب خالص	۴ ماشہ
کبریت (گندھک)	۴ ماشہ
کتھہ سفید	۴ ماشہ
قرنفل	۴ ماشہ

اول سیماب اور گندھک کو کھرل کر کے باقی ادویہ ملالیں اور خوب کھرل کریں۔ بعدہٗ زردی بیضہ مرغ ۵ عدد میں کھرل کر کے فلفل سیاہ کے برابر گولیاں بنائیں۔ روزانہ ایک گولی کھائیں اوپر سے نیم گرم گائے کا دودھ آدھ سیر پئیں اور متواتر ایک ہفتہ تک استعمال کریں اور ۲۰ دن تک جماع سے پرہیز کریں اگر اس کے استعمال سے غلبۂ حرارت ہونے لگے تو چند یوم عرق کاسنی عرق گاؤزبان استعمال کریں اور شربت عناب یا شربت گڑھل بھی مفید ہے۔ فوائد: نہایت اعلیٰ درجہ کی مقوی بھی اور مشتہی ہے۔ طبیعت کی کسلمندی اور بدن کی تکان کو دور کرتی ہے اعضار رئیسہ کی قوت بڑھاتی ہے اور نیا خون پیدا کرتی ہے۔ خون کے فساد کو دور کرتی ہے۔

(۷) حب دافع عنانت

عاقرقرحا	ایک تولہ
قرنفل	ایک تولہ
تخم خش خاش	ایک تولہ
موصلی سفید	ایک تولہ
کلونجی	ایک تولہ
اسگند ناگوری	ایک تولہ
فلفل	ایک تولہ

باریک کرکے لعاب اسپغول کے ہمراہ حب بقدر کنار دشتی بنائیں اور روزانہ ایک گولی کھائیں۔ فوائد:۔ چند یوم کے استعمال سے نئی وہ سالہ بھی ازالہ ...... پر قادر ہو جاتا ہے نہایت اعلیٰ درجہ کی مقوی باہ او مغلظ بھی ہے حرارت کو تحریک کرکے قابل مردانگی جرأت دلاتا ہے بلاضرر ہر موسم میں مفید ہے۔

(۸) سفوف ہاضم

دانہ الائچی	۳ ماشہ
فل فل گرد	۳ ماشہ
فل فل دراز	۳ ماشہ
نمک لاہوری	۳ ماشہ
نوشادر	۶ ماشہ
نمک سانبھر	۶ ماشہ
نمک سیاہ	۶ ماشہ
دانہ الائچی کلاں	۶ ماشہ
امچور	۶ ماشہ
پودینہ	۶ ماشہ
اجوائن	۶ ماشہ
سونف	۶ ماشہ
انار دانہ	ایک تولہ
ست پودینہ	ایک ماشہ
مصری کوزہ	ایک تولہ

سفوف بنالیں۔ بعد از غذا ایک ماشہ پانی کے ہمراہ کھائیں ہضم کی خرابی کے علاوہ ہیضہ تک کے لئے اکسیر ہے۔

(۹) اکسیر سوزاک

شب یمانی خام	۵ تولہ
شیر مدار	۱۰ تولہ

میں رکھ کر لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر خوب گرم کریں۔ شگفتہ ہو جانے پر ۴ رتی صبح اور شام شربت بزوری کے ہمراہ دیں۔ ہر قسم کے جدید و قدیمی سوزاک کو بیخ و بن سے کھو دیتی ہے۔ لاجواب چیز ہے +

مُشک

(از جناب حکیم سید محمد قاسم صاحب لکھنوی)

یہ ایک نہایت مشہور و معروف بیش بہا چیز ہے جو دوائً اور بطور خوشبو ساری دنیا میں مستعمل ہے یہ مختلف ملکوں میں مختلف ناموں سے مشہور ہے۔ عربی "مسک"۔ فارسی میں "مُشک" انگریزی میں " Musk "، یونانی میں "مسکس Mus Kus" رُوس میں "موسکیو (Muskio) سوئیڈن میں "ڈسمبر Desembar" چین میں " She Song " (شی سانگ) لاطینی میں "موسکس" (Mus Kus) کہتے ہیں۔

مشک کی حقیقت

صانع عالم نے اپنی قدرت کاملہ سے اس جانور کی ناف سے ذرا ہٹ کر اور مبدا عضو تناسل ہی کے قریب کچھ غدد پیدا کئے ہیں۔ جن سے ایک خاص قسم کی رطوبت تراوش پاتی ہے اور ایک تھیلی میں جس کو نافہ کہتے ہیں جمع ہوتی ہے۔ اس رطوبت کا نام مشک ہے۔ چونکہ اس رطوبت کا بہت زیادہ تعلق عضو تناسل سے ہے یہی وجہ ہے کہ جس زمانہ میں مادہ آہو (ہرنی) حاملہ ہوتی ہے اس زمانہ میں یہ رطوبت بہت پُرتاثیر زیادہ خوش بودار ہوتی ہے۔ تجربہ کاروں کا قول ہے کہ اس زمانہ میں (بوجہ تجرد) شکار کی ہوئی ہرن کی مشک نہایت قوی اور بے نظیر ہوتی ہے۔

یہ ہرن جس سے مشک حاصل کیا جاتا ہے زیادہ تر مشرقی ایشیا خصوصاً کوہ ہمالیہ کے اس حصہ میں پایا جاتا ہے جو تبت اور ہندوستان کی حد فاصل ہے۔ نیپال، چین اور کشمیر وغیرہ میں بھی یہ جانور پایا جاتا ہے۔ یہ جانور تنہائی پسند اور پہاڑوں کی چوٹیوں کا رہنے والا ہے بلند سے بلند چوٹی پہاڑ کی جو برف سے ڈھکی ہوئی ہو اس کی آماجگاہ رہتی ہے یہ نہایت وحشی جانور ہے جس کا زندہ پکڑنا ہزاروں آفتوں سے خالی نہیں۔ اس کا طول بمشکل تین فٹ سے زیادہ ہوتا ہے اور شباہت میں کچھ لوگ تو گرگ (بھیڑیا) اور کچھ ہرن سے ملتا جلتا ہوتا ہے۔ اس کا رنگ عمر و موسم کے لحاظ سے بدلتا رہتا ہے کبھی بھورا کبھی کالا۔ مثل معمولی ہرن کے اس کے سر پہ سینگ بھی نہیں ہوتے۔

مشک نافہ مذکورۂ بالا آہوئے مشکی کے ناف اور غلاف حشفہ کے درمیان ایک تھیلی جو قدرے بیضاوی ہوتی ہے چسپاں ہوتی اور یہی مشک کا خزانہ ہے۔ یہ تھیلی جسم سے باہر کم چوڑی لیکن پیٹ کے اندر اس کا زیادہ حصہ رہتا ہے ایک سطح محدب ہوتی ہے تقریباً ۲ انچ لمبی ۱½ انچ چوڑی اور ۱½ انچ گہری ہوتی ہے اس کے بیچ میں ایک بہت چھوٹا سا سوراخ ہوتا ہے جس کے ذریعہ سے رطوبت غدود کیسیہ تراوش پاکر اس تھیلی میں جمع ہوتی ہے اس تھیلی کی بیرونی سطح چھوٹے چھوٹے بالوں سے پر ہوتی ہے۔ اس تھیلی کو نافۂ مشکی (Musk Pod) کہتے ہیں۔

اس ہرن کا شکار معمولی ہرنوں کی طرح آسان نہیں ہے بلکہ برخلاف اس کے بہت مشکل ہے شکاری کتے بھی اس کے سامنے عاجز ہیں کیونکہ اتنا تیز دوڑنے والا شاید ہی دنیا میں کوئی چوپایہ ہو۔ ابھی آنکھوں کے سامنے ہے اور چند منٹ میں چار سو پانچ سو گز کی بلندی پر دکھائی دیتا ہے۔ شکاری لوگ اس کا شکار اس طرح کرتے ہیں کہ اس کے آمد و رفت کے مقامات پر گہری خندق کھود کر خس و خاشاک سے چھپا دیتے ہیں۔ ان خندقوں کے اندر تھوڑے تھوڑے فاصلہ پر اس کا دوسرا دہانہ بنا دیتے ہیں اور اس میں سیڑھیاں بنا دیتے ہیں تاکہ جب شکار اس خندق میں گر کر پھنس جائے تو ان سیڑھیوں کے ذریعہ سے ہرن کو پکڑ لیں۔ ان سیڑھیوں کا برابر معائنہ کیا جاتا ہے ورنہ گرفتار شدہ ہرن شیر و چیتے کا لقمہ ہو جاتا ہے۔ گرفتار کرتے ہی ہرن مار ڈالا جاتا ہے اور فوراً نافہ کاٹ کر خشک ہونے کو رکھ دیا جاتا ہے۔

مشک کے اقسام جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے مختلف مقامات میں آہوئے مشکی ہوتے ہیں ہر ایک مقام کے ہرن کے مشک اور اس کا نافہ علیحدہ علیحدہ قسم کا ہوتا ہے چار قسمیں بہت مشہور ہیں۔ مشک ختن، مشک نیپال، مشک کشمیری، مشک سائبیریا، اول الذکر سب سے بہتر اور آخر الذکر سب سے بدتر ہوتا ہے۔

مشک کی صفات بے قاعدہ شکل کے سرخی مائل سیاہ رنگ کے اور بعض میں بھورے رنگ کے چکنے دانے ہوتے ہیں۔ ایک نافہ کے اندر تقریباً ۱ تولہ سے ۲ تولہ تک مشک نکلتا ہے (اگرچہ بعض بڑے نافوں میں اس سے بھی زیادہ نکلتا ہے) جس میں کچھ اور ورا سفوف اور کچھ دانوں کی شکل میں ہوتی ہے۔ ان دانوں کو اصطلاح تجارت میں

نفرہ کہتے ہیں۔ اس کے علاوہ نافہ کے اندر سے مہین پتلی کھال کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بھی نکلتے ہیں جن کو اصطلاح تجارت میں مدن کہتے ہیں یہ ٹکڑے مشک سے نکال ڈالے جاتے ہیں۔

مشک کی تاریخ و افعال و خواص

اس میں تو کوئی کلام نہیں کہ چینی لوگوں کو اس کا علم تمام اقوام سے پہلے ہوا ہے گو بہ طور بہترین خوشبو اس کا استعمال ممکن ہے بہت پیشتر سے ہو لیکن اس کی تاثیرات دوائی کی تحقیق و افعال و خواص کا علم اور بیز دوا اس کا استعمال سب سے پہلے عربوں نے کیا ہے جہاں تک تحقیق ہو سکا ہے عالم ادویات میں مشک کی شہرت عربوں ہی کی تحقیق و تدقیق کا نتیجہ ہے یورپ میں بھی یہ عربوں کی بدولت پہونچی اور سب سے پہلے شاہ یونان کے پاس سلطان صلاح الدین کے خزانہ سے بطور دوستانہ تحفہ کے ۱۱۸۵ء میں پہنچی گئی۔

عربی اطبا اس کے افعال و خواص اور اس کی عجیب و غریب طاقت کے بے انتہا معترف اور قائل ہیں۔ اس کا مزاج گرم و خشک ہے۔ ملطف و مفتح سدد ہے حرارت غریزی کو بڑھانے والی اعضائے رئیسہ کو تفریح و تقویت پہونچانے والی حواس ظاہری و باطنی میں ذکاوت پیدا کرنے والی ہے۔ مالیخولیا، صرع سکتہ، ام الصبیان، رعشہ و فالج، حذر نسیان، اکثر امراض عصبیانیہ میں بے نظیر فائدہ کرتی ہے۔ آنکھوں کے لئے بہت مفید ہے۔ مجلی چشم رطوبات کو جذب کرنے والی ظلمت بصر، ڈھلکہ، ناخونہ کو دور کرنے والی۔ طبقات چشم کو تقویت پہونچانے والی ہے سقوط طاقت کمزوری و ضعف میں حیرت انگیز اثر دکھاتی ہے۔ قوت مردانہ کے بڑھانے اور انعاش حرارت غریزیہ کی بے نظیر دوا ہے خصوصاً بڈھوں اور بارد مزاج والوں کو لطف جوانی سے بہرہ اندوز کرتی ہے۔

مُشک میں آمیزش

چونکہ مشک نہایت قیمتی چیز ہے اس لئے اس میں بے انتہا آمیزش کی جاتی ہے اور خالص مشک کا پہچاننا صرف مبصرین کا کام ہے۔ اس آمیزش کا سلسلہ شکاریوں سے لے کر تاجران مشک تک جاری رہتا ہے بہت سے شکاری شکار کے بعد ہی اُسی ہرن کے خون میں قدرے نوشادر اصلی مشک میں ملا کر اس خوب صورتی سے نافہ میں بھر دیتے ہیں کہ نافہ دیکھنے والے کو تمیز مشکل ہو جاتی ہے اگر ان کے ہاتھ سے آمیزش نہ ہوئی تو پھر تاجران مشک نہایت ہوشیاری سے نافہ میں مختلف مقامات میں سوراخ کر کے خون بال و چیڑا وغیرہ بھر دیتے ہیں غرض کہ بیسیوں طریقہ ایسے آمیزش کے ہم کو تحقیق و تجربے سے معلوم ہوئے ہیں جن کا بیان طوالت سے خالی نہیں اس لئے یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ اصلی مشک بہت مشکل سے دستیاب ہوتا ہے گذشتہ عہد میں گورنمنٹ چین نے اپنے ملک میں ایسا دستور جاری کیا تھا جس سے ان کو اصلی و خالص مشک کا مل جانا آسان تھا اور وہ یہ ہے کہ جو تاجر شنگھائی میں مشک لے کر آتے تھے یا اس کی تجارت کرتے تھے ان سے چنگی میں بجائے نقدی کے مشک وصول کی جاتی تھی۔ اگر معمولی سا شبہ بھی اس مشک میں گورنمنٹ افسران کو پیدا ہوتا ہے تو فوراً ٹیکس دہندہ کی گردن اڑا دی جاتی۔

مشک کی پہچان

مشک کی خوشبو نہایت تیز اور پائیدار ہوتی ہے۔ مزہ کڑوا، رنگ بھورا سیاہی مائل ہوتا ہے۔ اگر جلائی جائے تو سفید شعلہ نکلتا ہے اور جل کر اسفنج نما کوئلہ کی صورت اختیار کرتی ہے مغشوش مشک خصوصاً جس میں خون ملایا گیا ہو جلنے میں بُو دے گی اور بجائے شعلہ کے دُھواں دے گی مغشوش مشک وزنی گہری اور سیاہ ہوتی ہے

مشک بلاؤ یہ ایک قسم کی بلی ہے جو اگرچہ بلی کی جنس سے ہے مگر صورت و شکل میں بہت مختلف ہے اس کا چہرہ لمبا ہوتا ہے قد میں لمبی اور جسم میں بلی سے پتلی ہوتی ہے۔ اس کے پاؤں بلی سے چھوٹے مگر بہت زیادہ مضبوط ہوتے ہیں اس کے جسم کے ارد گرد بہت لمبے لمبے بال ہوتے ہیں۔ اس کے بھی نافہ ہوتا ہے اور اس میں ایک خوشبودار مادہ مشک کی خوشبو سے مشابہ بلکہ زیادہ تیز ہوتا ہے۔ یہ جانور افریقہ، جاوا، بنگال، سیلون، آسام، جزائر مالابار، چین، ملایا، سماٹرا میں پیدا ہوتا ہے۔

افریقہ کا مشک بلاؤ سب سے بہتر سمجھا جاتا ہے یہ قد میں ۲ ½ فٹ سے تین فٹ تک لمبا اور ۱۰ انچ سے ایک فٹ تک اونچا ہوتا ہے۔ دُم بہت مضبوط اور ۱۸ انچ کی جسم سے زیادہ ہوتی ہے اوپر سے جسم کی کمال بھوری اور سارے جسم پر سیاہ دھبے ہوتے ہیں یہ جانور تنہائی پسند ہے دن میں گھاس جھاڑی اور بھٹ میں چھپا رہتا ہے صرف رات کو شکار کے لئے نکلتا ہے۔

اس کے نافہ سے جو مشک نکلتا ہے اس کی دوائی خاصیت کچھ ابھی تک ثابت نہیں ہوئی ہے البتہ خوشبو میں استعمال کیا جاتا ہے اور انگریزی عطریات میں بہت کثرت سے شامل کیا جاتا ہے۔ اسی وجہ سے یورپ میں بہت فروخت ہوتا ہے۔

چینی لوگ اس کو بطور خوشبو کے استعمال کرتے ہیں مختلف عطریات و روغنیات میں شامل کرکے محفلوں و شادی بیاہ کے مراسم میں اپنے مکانوں اور لباس کو اس سے معطر کرتے ہیں

ہندوستان میں مشک کے بجائے اکثر دھوکہ کھا کر اس کو خریدتے ہیں اور اس کا نافہ بھی آہوئے مشکی کے نافہ سے ملتا جلتا ہوتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ لوگ عام طور سے دھوکہ کھا جاتے ہیں اکثر پنجابی اور فوج کے دوسرے ملازم جب ان مقامات پر پہونچتے ہیں جہاں یہ جانور بکثرت پایا جاتا ہے تو وہ وہاں کے شکاریوں سے سستے داموں یہ نافہ خرید لاتے ہیں اور اپنے شہروں اور دیہاتوں میں ناواقف خریداروں کے ہاتھ نافہ مشک کہہ کر روپیہ دو روپیہ فی نافہ بیچ ڈالتے ہیں۔

ہندوستانی غذائیں

(بسلسلۂ ماسبق)

غذا کی اصلاح اور خرچ

موزوں یا متناسب غذائیں ناقص غذاؤں سے عام طور پر مہنگی ہوتی ہیں۔ اندازہ کیا گیا ہے کہ ناقص یا غیر متناسب غذا پر جو نقشہ میں درج ہے اور جس میں زیادہ مقدار چاول کی ہے اور دودھ سبزیوں اور پھلوں کی کمی ہے۔ ہر بالغ کے لئے ڈھائی روپیہ ماہانہ خرچ ہوگا مگر موزوں یا متناسب غذا پر جس میں دودھ اور دوسرے اجزا شامل ہوں۔ پانچ چھے روپے ماہانہ سے کم خرچ نہیں ہوگا۔ غذائیت کے متعلق عملی کام کرنے والے کو سب سے زیادہ مشکل یہی پیش آتی ہے کہ جو لوگ غذا کی کمی یا خرابی کے شکار ہیں وہ موزوں غذا کے لئے جیب میں پیسے نہیں رکھتے۔ ہندوستان کے بہت سے اداروں میں جہاں بچوں کو بڑی تعداد میں رکھا جاتا ہے روپیہ کی کمی کی وجہ سے تین روپے ماہوار یا اس سے بھی کم پر گذارا کرنا پڑتا ہے۔ ظاہر ہے اس خرچ میں کس طرح معقول طور پر کھلایا پلایا جا سکتا ہے لیکن غذائیت کے موجودہ زمانہ کے معیار کے مطابق خوراک مہیا کرنے میں اگر غربت ہی بڑی روک ہو تو بھی خرچ میں تھوڑا بہت اضافہ کر کے مناسب اصلاح ہو سکتی ہے۔ بچوں کو دودھ کی کم از کم مقدار ۸ اونس روزانہ ملنا چاہئے گو دوسرے ملکوں میں اس سے زیادہ مقدار تجویز کی گئی ہے۔

اگر غربت کی وجہ سے اس قدر خالص دودھ روزانہ مہیا نہیں ہو سکتا تو چھاچھ، یا مکھن نکلا ہوا دودھ جو سفوف کی صورت میں ملتا ہے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ یہ چیزیں تو خالص دودھ کے مقابلے میں کہیں زیادہ سستی ہیں۔ دودھ خواہ کتنی ہی کم مقدار میں کیوں نہ استعمال کیا جائے نہ ملنے سے بہر صورت بہتر ہے۔ خاص تجربوں سے ثابت ہوا ہے کہ ملک ہندوستان کی عام ناموزوں غذا پانے والے بچوں کی خوراک میں جب ۸ اونس مکھن نکلا ہوا دودھ بڑھا دیا گیا تو ان کی نشوونما بڑی تیزی سے ہونے لگی اور ان کی صحت و تن درستی میں معقول ترقی نظر آنے لگی۔ مکھن نکلے دودھ کا اضافہ تو کچھ مہنگا سودا نہیں۔ بچوں کے بہت سے اسکولوں میں ایسا دودھ استعمال کرایا جا رہا ہے اور اس کی بدولت بچوں کی صحت اور تن درستی نمایاں طور پر بہتر ہو رہی ہے۔

بورڈنگ اور عام گھروں میں غذا میں چکنائی کی کمی ہوتی ہے۔ اناج کی مقدار میں کچھ کمی کر کے اس کی جگہ اتنی چکنائی کا اضافہ کر دینے سے کہ کیلوریات یا حراروں کی مقدار میں کمی واقع نہ ہو کچھ زیادہ حرج نہ ہوگا۔ خالص گھی یا مکھن ظاہر ہے نباتاتی چکنائی سے اچھا ہوتا ہے مگر وہ اس سے کہیں زیادہ گراں ہوتا ہے۔

دوسرے ضروری امور جن کی طرف توجہ کرنا ضروری ہے حسب ذیل ہیں:۔

اگر مشین سے صاف کئے ہوئے چاول استعمال کئے جا رہے ہیں تو خوراک کی غذائیت اور کھانے والوں کی صحت میں اصلاح و ترقی اس طرح کی جا سکتی ہے کہ اس کی بجائے ہاتھ کے کُٹے ہوئے چاول، بلا چھنے آٹے یا موٹے اناج میں سے کسی ایک کا (خاص کر

راگی) کا استعمال کیا جاوے۔
یہ بات کبھی نہیں بھولنی چاہئے کہ مشین کے چاول کے کھانے والے کو ہاتھ کے کٹے ہوئے چاول یا راگی استعمال کرنے والے کے مقابلہ میں دودھ، ساگ پات یا سبزیوں اور پھلوں وغیرہ یعنی "حفاظتی غذاؤں" کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ ایسے لوگوں کے لئے جن کی خوراک صرف چاول ہے۔ اور جنہیں غربت کی وجہ سے کسی قسم کی دوسری خوراک اگر مہیا بھی ہوتی ہے تو بہت کم مقدار میں۔ یہ سوال بہت اہمیت رکھتا ہے کہ چاول کس طرح اور کس شکل میں استعمال کئے جاتے ہیں۔ سیلا یا اُسوا چاول (جو دھانوں کو نیم جوش کرکے نکالے جاتے ہیں) چاہے وہ مشین ہی سے صاف کئے ہوئے ہوں۔ غذائیت کے اعتبار سے (خاصکر بیری بیری کا مقابلہ کرنے والے وٹامن کے لحاظ سے) اُروا (یعنی بغیر اُبالے دھان سے نکالے ہوئے) چاول سے ہر حال میں بہتر ہوتے ہیں چاہے انہیں بھی مشین سے اسی حد تک صاف کیا گیا ہو۔ دالوں میں پروٹین اور وٹامن یا حیاتیہ ب کی کثرت ہوتی ہے۔ دالوں کی دو تین اونس روزانہ مقدار اس خوراک کی غذائیت کو بہتر بنا دیتی ہے جس میں غلّوں کی مقدار زیادہ ہے۔ سویابین میں پروٹین، چکنائی اور وٹامن الف اور ب کی کثرت ہے۔ اگر سویابین کا استعمال ہندوستان میں عام طور پر رائج ہو جائے تو اس مسئلہ پر خاص توجہ کی ضرورت ہوگی کہ اسے کن طریقوں سے لذیذ بنایا جا سکتا ہے۔ یہ واضح رہے کہ ہندوستان کی عام دالوں کے مقابلے میں بہ لحاظ خوراک اس میں کوئی خاص فائدہ نظر نہیں آتا۔ دالیں عام طور پر انسانی خوراک میں حیواناتی غذائیں، مثلاً دودھ، مچھلی اور گوشت کے

مقابلہ میں غذائی لحاظ سے کم درجہ رکھتی ہیں۔

مونگ پھلی بطور انسانی غذا کے بہت زیادہ استعمال کی جا سکتی ہے۔ چونکہ اس میں خوراک کے مختلف ضروری اجزاء بکثرت موجود ہیں۔ ان اجزاء میں مادہ ہائے حیات ب کا مجموعہ خاص طور پر شامل ہے۔ اس وقت ہندوستان میں مونگ پھلی کی پیداوار ضرورت سے زیادہ ہے اور اس کے ذخیروں کو خرچ کرنے میں دقت پیش آ رہی ہے۔ نصف سے لے کر ایک اونس تک کی مقدار میں مونگ پھلی کا استعمال چاولوں کی عام اغذیہ کی کمی کو پورا کر دیتا ہے۔ اگر مونگ پھلی زیادہ مقدار میں کھائی جائے تو بدہضمی پیدا کر دیتی ہے کیونکہ اس میں تیل کا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔

ہماری خوراک میں ساگ پات یا سبزیوں کی مقدار ۲ سے ۴ اونس روزانہ فی کس سے کم نہ ہونی چاہئے۔ سستی قسم کی سبزیاں مثلاً چولائی کے پتے، دھنیہ کے پتے، سہجن کے پتے بھی غذائیت کے لحاظ سے ایسی ہی عمدہ ہیں جیسی سلاد کی قسم کی مہنگی سبزیاں۔ جہاں بہت بچے اکٹھے رہتے ہوں وہاں سبز ترکاریوں کو بہ آسانی اور بکثرت حاصل کرنے کے لئے اکثر یہ مناسب ہوتا ہے کہ سبزی کا ایک باغیچہ لگوا دیا جائے جس کی دیکھ بھال بھی خود بچے ہی کریں + بچوں کی خوراک میں پھلوں کا شامل کرنا نہایت ضروری ہے۔ کیلا جو عام طور پر بچوں کو بورڈنگوں میں دیا جاتا ہے اچھی غذا ہے مگر اسے غذائیت کے اعتبار سے کوئی غیر معمولی حیثیت حاصل نہیں۔ ٹماٹر، نارنگی اور دوسرے رس والے پھلوں میں وٹامن کی کثرت ہوتی ہے اور معمولی قسم کی عام خوراک میں ان کا اضافہ نہایت مفید ہوتا ہے۔

ناقص بخش خوراکوں کو درست کرنے کے لئے سب چیزوں کا بدل دینا مشکل ہے۔ صرف ایک آدھ اعلیٰ درجہ کی غذا ان میں ملانے سے ان خوراکوں کی بہت سی سنگین خامیاں درست ہو سکتی ہیں۔ اعلیٰ درجہ کی غذائیں یہ ہیں۔ دودھ، مچھلی کے جگر کا تیل، سبز پتوں والے ساگ، جو لوگ ایسی درست شدہ خوراک کھائیں گے ان کی صحت بہت جلد ترقی کرے گی، رفعہ معدہ فولاد اور چونا کے مرکبات کا استعمال نہایت عمدہ اثر رکھتا ہے۔ زمانہ حال میں بہت سے مادہ حیات کے کیمیائی اجزا معلوم ہو چکے ہیں اور چند مادہ ہائے حیات اب بڑی مقدار میں نہایت سستے طریقہ سے تیار کئے جا سکتے ہیں اس طرح کے تیار کردہ مادہ حیات ایسے ہی مفید ہوتے ہیں جیسا کہ خوراک کے قدرتی مادہ حیات۔ مزید کوشش سے یہ ممکن ہے کہ خالص مادۂ حیات اتنے سستے تیار ہو جائیں کہ ان کے عام استعمال سے غربا کی خوراک کی بہتری کا مسئلہ حل ہو جائے مگر ابھی تک یہ منزل طے نہیں ہوئی۔ اس لئے ابھی تک غذا کی بہتری کے لئے اشیائے خوردنی کا مناسب طریقہ سے ملا کر کھانے پر ہی اکتفا کیا جا سکتا ہے۔ اگرچہ اب بھی کمزور اور ہلکی صحت والے بچوں کو مختلف مادہ حیات گولی یا ٹکیہ کی شکل میں کافی مقدار میں دینا مناسب ہے۔ انگلستان میں سفید ڈبل روٹی میں کارخانوں کا تیار کردہ مصنوعی مادہ حیات ب ملایا جاتا ہے تاکہ اس ڈبل روٹی کی غذائیت سالم گندم کی روٹی کے برابر ہو جائے امریکہ میں بھی خوراکوں اور غذاؤں کو زیادہ بہتر بنانے کے لئے سستے اور مصنوعی مادہ حیات ملانے کی طرف خاص توجہ دی جا رہی ہے آئندہ دس بیس سالوں کی لگاتار کوشش اور سائنس کی دریافتوں سے امید واثق ہے کہ اس صیغہ میں بعید از قیاس نتائج حاصل ہوں +

دُودِھی خُورد

(از جناب حکیم رفیق احمد صاحب حاذق فاضل الطب نجیب آبادی)

اس کا مشہور نام دودھی ہے۔ ہندی میں دودھک، فارسی میں گیاہ شیر، شیرازی میں علف شیردار، اور سنسکرت میں درتیکا، دشاہ کامی کہتے ہیں۔

یہ بوٹی اپنے اقسام کے اعتبار سے ہرن کھری، ہزار دانی، قاضی دستار، مینڈا دودھی وغیرہ ناموں سے بھی موسوم ہے۔

یہ بوٹی عام طور سے ہر موسم میں ملتی ہے لیکن سخت گرمی میں سوکھ جاتی ہے۔

شناخت:۔ اس کی متعدد قسمیں ہیں، بڑی قسم جس کو قاضی دستار کہتے ہیں یہ غیر مفروش ہوتی ہے۔ دوسری دودھی خورد یہ زمین پر چھتہ دار مفروش ہوتی ہے۔ اس کے پتے چھوٹے چھوٹے کنگرہ دار یعنی کنارے کٹے ہوئے سبز رنگ کے ہوتے ہیں۔

شاخیں:۔ ٹہنیاں اس کی بہت ہی باریک جن پر خفیف سی سرخی اور گرہ پائی جاتی ہے اور ان پر سفید رُواں بھی ہوا کرتا ہے۔

پھول:۔ ہر ایک چھوٹی بڑی ٹہنی کی گرہ دار جڑ میں سے گولائی لئے ہوئے سرخی نما پھول نکلتا ہے جو خوشے کی شکل اختیار کرلیتا ہے اور اس خوشے میں سے خش خاشیہ دانے نکلتے ہیں۔

جن کی رنگت پستئی ہوتی ہے۔ اگر اس کے کسی جز کو توڑا جائے تو دودھ کی طرح سے ایک سفید رنگ کی رطوبت نکلے گی جس سے معلوم ہوگا کہ یہ دودھی ہے۔

مزاج:۔ اس کا مزاج سرد تر ہے۔ بقول بعض گرم و خشک ذائقہ پھیکا شیریں کچھ تیزی لئے ہوئے ہوتا۔

مقدار خوراک:۔ خورد کلاں ۲ ماشہ سے ۴ ماشہ تک بحالت خشک۔

افعال و خواص:۔ ہر قسم کی گرمی اور پیاس کی زیادتی و نکسیر کو نافع ہے۔

اجمالی خواص:۔ تمام اقسام محرک اعصاب، مجازی اخلاط، اور روح کو تفتیح کرتے، انقسام خون، اور دوران خون کو تیز تر کرتے ہیں۔ افعال غددی اور جلدی کو برسر اقتدار رکھتے اور ناقص افعال کی تکمیل میں مدد دیتے ہیں۔ منی کو گاڑھا کر کے جریان رفع کر دیتے ہیں۔ نیز اکسیری خواص کی بھی حامل ہے۔

برائے شب کوری:۔ سلائی کے دونوں سروں پر دودھی کا دودھ لگا کر آنکھ میں لگانا، اگر کچھ تکلیف ہو تو صبر سے کام لینا چاہئے۔ شب کوری کا شافع علاج ہے۔

نوٹ:۔ کسی شخص کو دودھی کا دودھ صرف ایک بار لگانے سے آرام ہوتا ہے۔ تکرار عمل کی ضرورت گاہ بگاہ پیش آتی ہے۔

نکسیر:۔ دودھی خورد کو مٹی گرد و غبار سے صاف کر کے سایہ میں خشک کر لیں اور اس کو پیس کر ہموزن شکر سفید ملا کر صبح و شام ایک ایک تولہ ہمراہ شیر گاؤ استعمال کریں۔ نکسیر اور دلدرمی کے دفعیہ کے لئے عمدہ چیز ہے۔ لال مرچ، گڑ، تیل اور اچار وغیرہ سے پرہیز کریں۔

جریان:۔ دودھی خورد، سنگھاڑہ، برگ کنگھی بریہی، دارچینی ہر ایک ایک تولہ اور مصری کوزہ ۵ تولہ، سب کو الگ الگ باریک پیس کر ملالیں خوراک ایک کف دست صبح و شام ہمراہ شیر گاؤ۔ (فوائد جریان)، تقلیل منی اور سرعت انزال کے واسطے اکسیر ہے۔

ایضاً:۔ گوند کتیرا، برگ بھنگرہ، دودھی خورد روزانہ تازہ بقدر ۱۰ تولہ مغز بادام شیریں ۶ عدد پانی میں گھوٹ کر مصری ۲ تولہ ملا کر گرمیوں میں ایک گلاس پی لیا کریں۔ **فوائد**:۔ جریان دور کردے گا، تولید منی ہوگی۔

دیگر:۔ گوند کتیرا، برگ بھنگرہ، دودھی خورد سایہ میں خشک کرلیں۔ اور سب اشیاء ہموزن باریک پیس کر سفوف بنالیں اور ہم وزن مصری ملاکر ۶۔ ۶ ماشہ صبح و شام دودھ کے ساتھ پھانک لیا کریں۔ اوصاف مذکورہ بالا کا حامل ہے۔

مقوی مثانہ:۔ دودھی خورد سایہ میں خشک کی ہوئی، گوند کتیرا، موصلی سفید ہموزن باریک پیس کر سفوف بنالیں اور ہموزن مصری ملاکر ۶۔ ۶ ماشہ صبح و شام دودھ کے ساتھ پھنکائیں، فوائد:۔ مثانہ کو قوت دیتا اور بار بار پیشاب آنے کو روکتا ہے۔

سوزاک:۔ سکہ مصفیٰ ۵ تولہ، ایک آہنی کڑاہی میں رکھ کر آگ پر رکھیں جس وقت پگھل جائے مندرجہ ذیل سفوف کی چٹکی دیتے جائیں اور برگد (بڑ) کی لکڑی سے ہلاتے جائیں۔ آگ نرم ہو کشتہ برنگ سرخ تیار ہوگا۔ اجزاء سفوف یہ ہیں:۔ دودھی خورد، شورہ قلمی، برگ بھنگرہ، ہر ایک ۵ تولہ سفوف بنالیں اور اس کی چٹکی دیں۔ **مقدار خوراک**:۔ ایک رتی سے لے کر ۳ رتی تک گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

برائے اولاد نرینہ:۔ کشتہ مرجان، کشتہ صدف مروارید، کشتہ سنگ یشب، ز
مہرہ، دودھی خورد، ہر ایک ۶ ماشہ سفوف بنالیں۔ اور ظہور حمل سے ۱ رتی دوا ہر روز گائے
دودھ کے ساتھ آٹھ ماہ تک استعمال کرائیں۔ انشاءاللہ تعالیٰ فرزند پیدا ہوگا جن کے ہاں اکـ
ہی لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں وہ اس عجیب الاثر چیز کا تجربہ فرمائیں۔

خارش ہر قسم:۔ دودھی خورد اگر تازہ نہ مل سکے تو خشک کو پانی کی نمی دے کر بعد
تولہ کھرل کرکے ایک تولہ گائے کے مکھن میں پانی سے دھلوا کر شامل کریں اور جس جگہ خارش
مل کر بعد ۳-۴ گھنٹہ نیم کے صابون یا کاربالک صابون سے غسل کریں۔ ہر قسم کی خارش دو
میں بے نظیر اور لاجواب دوا ہے۔

ذیابیطس کے لئے:۔ گڑمار بوٹی، دودھی خورد، اجوائن خراسانی، تخم جامن، ہر
ادویہ ہم وزن پانی سے پیس کر حبوب بقدر کنار دشتی بنالیں۔ ۲ گولی صبح اور ۲ گولیاں شام
تازہ پانی کے ساتھ نوش کریں۔ ترش، بادی، شیریں اور تیل کی چیزوں سے پرہیز رکھیں۔ غذ
کدو، ورازساوہ یا گوشت کے ساتھ۔ فوائد:۔ ذیابیطس میں غائت درجہ مفید ہے۔

بواسیر:۔ دودھی خورد تازہ بقدر پاؤ سیر کوٹ کر سرخ پھٹکری آدھ پاؤ دود
کے نغدہ میں رکھ کر کسی کوزے آبخورے میں بند کرکے گل حکمت کریں اور ۴ سیر اوپلوں کی مح
الہوا مقام میں آگ دے دیں۔ سرد ہونے پر سیاہ کشتہ الگ کریں اور سفید الگ۔ کارآمد نہ
اس کو کھرل کرکے کسی شیشی میں محفوظ رکھیں۔ خوراک:۔ ۲ ماشہ گرمیوں میں مکھن کے سا
سردیوں میں بتاشہ رکھ کر۔

فوائد:۔ بادی بواسیر کے لئے از بس مفید بلکہ اکسیر ہے خونی بواسیر میں ایک تولہ کہ
اس کشتہ میں شامل کرکے حسب ترکیب بالا استعمال کریں۔

مقوعت:۔ دودھی خورد، بھنگ شیرہ بالا مع برگ و بیخ وغیرہ مساوی الوزن خوب کھرل کریں جب گولی بندھنے کے قابل ہوجائے تو کن بیر کے برابر گولیاں بنا کر صبح و شام ایک ایک گولی ہمراہ آب تازہ کھائیں۔ ترشی و جماع سے پرہیز رکھیں۔ ایک ہفتہ میں جریان، رقت و سرعت کو نیست و نابود کر دیں گی۔ مگر ۴۰ یوم استعمال کر لینا چاہئے۔

روغن دودھی:۔ (۱) آب دودھی سبز برابر وزن روغن گاؤ ملا کر پکائیں۔ جب پانی جل جائے اور روغن رہ جائے صاف کر کے رکھیں۔

(۲) یا روغن گاؤ ایک جزو، برگ دودھی سبز غبار وغیرہ سے پاک و صاف ۴ جزو آگ پر پکائیں کہ پتے جل جائیں تو روغن صاف کر لیں۔

(۳) روغن گاؤ ایک جزو، اجزاء دودھی خشک شدہ ۲ جزو آگ پر پکائیں کہ تمام اجزاء جل جائیں۔ صاف کر کے مذکورہ بالا تدابیر سے روغن تیار کریں۔

فوائد:۔ دیدان شکم کے لئے خواہ پرانے ہوں یا نئے بے حد مفید ہے۔ ان کی پیدائش قطعی روک دیتا ہے۔ مقدار خوراک:۔ ایک تولہ ہمراہ امر تل شاہترہ ۷ ماشہ۔

کرم شکم کے لئے:۔ جب کہ مرض پرانا ہو ایک تولہ روغن دودھ میں ملا کر سوتے وقت پلائیں، صبح سنا مکی کا جوشاندہ پلانے سے تمام کرم ہلاک ہو کر نکل جاتے ہیں۔

چرنوں کے لئے:۔ روئی تر کر کے پاخانہ کے مقام پر رکھیں۔ (۲) جو گھوڑا دبلا پتلا ہو گیا ہو، درد شکم میں مبتلا ہو، اور کھاتا پیتا کم ہو۔ اس کے لئے یہ روغن آب حیات ہے ۲ تولہ سے ۵ تولہ تک آرد نخود میں ملا کر کھانا چاہئے۔ انشاء اللہ فربہ اور طاقتور ہو جائے گا۔

نیز ضعف امعاء و معدہ، کمی حرارت عزیزی، بڑھاپے یا امراض طویلہ، عادت افیون سے کمزور ہو گیا ہو تو ان تمام شکایات کے لئے اکسیر ہے۔

(۳) ترکیب استعمال:۔ روغن دودھی ۳ ماشہ، دوا المسک معتدل یا جوارش عود، یا جوارش مصطگی یا معجون سنگدانہ مرغ میں ملا کر حسب موقع دیں۔
سنگرہنی میں بھی مناسب بدرقہ سے فائدہ مند ہے۔

(۴) رقت جلد، ہزال، جلدی امراض میں ۵ ماشہ روغن دودھی کے ساتھ دینا مفید ہے چند روز کھلانے سے جسم طاقت ور اور فربہ ہو جاتا ہے۔

(۵) منغظ باہ:۔ عضو مخصوص پر روغن کی طرح مالش کرنے سے چند روز میں نعوظ کامل ہونے لگتا ہے۔ (۶) دافع تشنج:۔ اینٹھن کی جگہ اس کی مالش کی جائے۔ (۷) مزیل قوبا:۔ درد کی جگہ کپڑے سے رگڑ کر اس روغن کو لگائیں بڑے سے بڑا درد جاتا رہے گا۔

(۸) محمر لون:۔ روغن ایک حصہ، روغن کنجد ۲ جزو ملا کر چہرے پر ملنا چہرہ سُرخ کر دیتا ہے اور جھائیوں کو رفع کر دیتا ہے۔

(۹) کپڑے کا فتیلہ بنا کر روغن میں تر کر کے پاخانہ کے مقام پر بطور شافع رکھنا بواسیری قبض زائل کرتا ہے اور ۳ ہفتہ تک استعمال کرنے سے مسے ہائے بواسیر سوکھ کر گر جاتے ہیں۔ جس جگہ بواسیر نہ ہو محرک و مقوی باہ اثر کرتا ہے۔

سفوف دودھی:۔ دودھی صاف شدہ سایہ میں خشک کر کے سفوف بنا لیں،
(۱) فوائد:۔ ۲ ماشہ ہمراہ شیر مادہ گاؤ صبح و شام محرک باہ و منغظ کامل ہے (۲) ۳ ماشہ پانی کے ہمراہ کھلانے سے خون حیض بند ہو جاتا ہے۔
(۳) ۲ ماشہ جوارش جالی نوس ۷ ماشہ کے ساتھ صبح و شام کھلانا ریح البواسیر کو نافع ہے
(۴) سفوف کسیلہ مساوی الوزن ملا کر ۴ ماشہ صبح و شام کھلانا قاتل کرم شکم ہے۔

(۵) ۶ ماشہ سفوف دودھی ہمراہ شربت انجبار ۴ تولہ نکسیر اور خون بواسیر کو پہلی خوراک میں فائدہ کرتا ہے۔ (۶) سفوف نارجیل سہ چند، سفوف دودھی ایک جزو ملاکر ۶ ماشہ عورت کو بعد طہر ہمراہ شیرہ دن کھلائیں اور ہم بستر ہوں حمل نرینہ قائم ہوگا۔ اگر پہلے مہینے ناکامی ہو تو پھر دوسرے بلکہ تیسرے ماہ تک یہ عمل جاری رکھنا بھی مفید ہے۔

محرک باہ نسواں:۔ ۲ ماشہ سفوف دودھی ہمراہ شیر یا جوشاندہ گاؤزبان ۵ ماشہ، ملوہ خشک ۵ ماشہ، نبات سفید ۲ تولہ، یا ہمراہ عرق مکو، عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ کھلانا ۲ یا ۳ ہفتہ میں مفید شباب نسوانی ہے۔ بالخصوص موسم سرما میں کمزور دُبلا، پتلا جسم موٹا اور طاقت ور ہو کر سفیدی جاتی رہتی ہے اور سُرخی و رعنائی پیدا ہو جاتی ہے ✤

دس سودمند پند

لندن کے طبی رسالے "گڈ ہیلتھ" میں مندرجہ ذیل ہدایات غسل کے متعلق شائع ہوئی ہیں:۔

(۱) کھانا کھانے کے بعد دو گھنٹے تک سارے جسم کو پانی میں ڈبونا یا پورے بدن کا غسل کرنا نہ چاہیے۔ ایسا کرنے سے خون اندرونی اعضا سے واپس لوٹ آئے گا جہاں ہضم میں مدد دینے کے لئے اس کی ضرورت تھی

(۲) ہفتے میں کم سے کم ۲ مرتبہ گرم پانی اور صابون سے نہا لینا چاہیئے، تاکہ جسم صاف رہ سکے۔ گرم پانی میں ۱۵ سے ۲۰ منٹ تک بیٹھنا، صابون کا آزادانہ استعمال اور زود

زور سے بدن کا ملنا ضروری چیزیں ہیں۔ اس کے بعد گرم پانی سے نکل کر تھوڑا ٹھنڈا پانی بدن پر ڈالا جائے اور تیز ہاتھ سے بدن کو ملا جائے

(۳) بہت تیز گرم پانی سے بجز ایسی صورت کے کہ طبیب نے ہدایت کی ہو اور اُس کی نگرانی میسر ہو ہرگز نہ نہانا چاہیے۔

(۴) اگر جلد قدرتی طور پر خشک ہو اور اسے بآسانی خراش پہونچ جاتی ہو تو بہت ہی نرم اور مسکن صابون استعمال کرنا چاہیے زیادہ تیز گرم پانی سے نہ نہانا چاہیئے۔ اور غسل کے بعد جسم پر ذرا سے تیل کی مالش کر لینی چاہیئے

(۵) سن رسیدہ آدمیوں کو جلدی جلدی نہانے کی ضرورت نہیں ہے اور تیز گرم یا تیز سرد پانی سے انہیں پرہیز کرنا چاہیئے۔

(۶) سموئے ہوئے پانی سے شب کے وقت غسل کرنا بہتر ہے۔ ۲۰ سے ۳۰ منٹ تک ایسے پانی میں رہنے سے جسم کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں اور اچھی نیند آتی ہے۔

(۷) سرد پانی سے گرم کمرے کے اندر غسل کرنا چاہیئے۔ جن لوگوں میں سرد پانی سے نہانے پر ردعمل اچھا ہوتا ہے ان کے لئے ایسے غسل مفید ہیں۔ اچھے ردعمل کے یہ معنی ہیں کہ نہانے کے بعد جسم فوراً گرم ہو جائے، جلد پر سرخی اور چمک آجائے اور غسل کرنے والا فرحت و تازگی محسوس کرے۔

(۸) گرمی کے موسم میں بار بار غسل کرنا چاہیئے اس موسم میں غدود زیادہ کام کرتے ہیں اور مادہ ہائے فاسد پسینے کے ساتھ نکل کر جلد کے اوپر جمع ہو جاتے ہیں۔

(۹) ہوا میں جسم کو کھول کر یعنی کپڑوں سے آزاد ہو کر ہوائی غسل لینے سے بڑی فرحت ہوتی ہے اور جلد میں جو حرارت جسم کو صحیح رکھنے کا نظام ہے اس کی تربیت ہوتی ہے۔

(۱۰) بنیان اور تولیہ ہر شخص کو اپنا اپنا الگ استعمال کرنا چاہیئے۔ اور نیز یہ چیزیں بہت صاف رہنی چاہئیں +

کہہ رہا ہے جوش دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

جلد ۹ | بابت ماہ ستمبر ۱۹۴۳ء | نمبر ۳

اسرارِ غدد

از جناب فاضل ادیب مولانا حکیم سید محمد یوسف صاحب نیّر (حیدرآباد دکن)

انسان بھی خدا کے بھیدوں کا اور کرشموں کا ایک ایسا کارنامہ ہے جسے دیکھ کر بڑے بڑے عقل والوں کی عقلیں دنگ رہ جاتی ہیں۔ قدما کا مقولہ ہے مَنْ عَرَفَ نَفْسَہٗ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّہٗ ،
(جس نے اپنے نفس کو پہچان لیا اُس نے اپنے خدا کو پہچان لیا) +

ہم اس مقولہ کو اصول موضوعہ اور علوم متعارفہ کے طور پر ماننے کے بعد اگر اس میدان میں قدم بڑھائیں تو کاروانِ عقل کے لئے ایک دوسری رہنمائی بھی موجود ہے۔ مَنْ لم یعلم علم التشریح فھو عنین عن معرفۃ اللہ (جو شخص علم تشریح نہیں جانتا وہ بس خدا کی معرفت سے بالکل کورا ہی ہے +

حضراتِ محترم! ان مقولوں کے متعلق کہا جا سکتا ہے کہ یہ اشاراتِ صوفیانہ اور معارف بزرگانہ ہیں جن کی گتھیاں ہماری عقل نہیں سلجھا سکتی۔ لیکن میں غفلت کا شرمناک دھبہ اُن پاک اور پوتر دامنوں پر لگانا گناہ سے کم نہیں سمجھتا۔ جن کا پہلا فرض ہے کہ علمِ تشریح کی نزاکتوں پر کامل دسترس حاصل کریں اور مشینری کے کل پُرزوں سے پوری پوری واقفیت پیدا کر لیں۔ جن کے درست کرنے کی ذمہ داریاں انہوں نے اپنے سر لی ہیں +

علم تشریح کے صحرائے بے پایاں میں قدم رکھنے کے بعد اس قدر حیرانیاں دماغ پر چھا جاتی ہیں کہ حکمت بالغہ کی عریاں داستان دامن گل فروش بن جاتی ہے اور طوفانِ مشاہدہ ہمارے لئے جنتِ نگاہ ہو جاتا ہے۔ اسی سمندر سے چند قطرے لیکر میں چاہتا ہوں کہ حکمتِ بالغہ کا معمولی سا کرشمہ دکھانے میں آپ صاحبوں کے قیمتی وقت سے کچھ حصہ لوں اور "کس بشنود یا نشنود" متوجانِ توجہ مبذول کرانے کی کوشش کو ہاتھ سے نہ دوں +

اسرارِ غدد۔ جسم انسانی کی تشریح دقیق میں آج علم الغدد اور اس کے اندرونی افرازات کا نازک ترین مسئلہ ایسا معمہ بنا ہوا ہے کہ اسرارِ قدرت کی کاوش موشگافیاں اسے پورا حل نہ کر سکیں۔ مگر اتنا بھید ضرور کھل چکا ہے کہ حیاتِ انسانی سے نظامِ غددی کا نہایت ہی گہرا تعلق ہے۔ یاد رکھئے کہ یہ ننھے ننھے اجزاء جسمانی ہمارے جسم و دماغ کی قوتوں کو برقرار رکھنے میں ایسا حیرت انگیز عمل رکھتے ہیں جس سے عقل حیران ہو جاتی ہے۔ غدہ درقیہ۔ غدہ نخامیہ اور غدہ فوق الکلیہ (کلاہ گردہ) ان میں سے بعض کے حیرت میں ڈالنے والے

خصائص اور وظائف پر ایک پراسرار اور دلچسپ افسانے کا گمان ہوتا ہے۔ کیا یہ واقعات کچھ کم معجزانہ ہیں کہ ایک نہایت چھوٹا حقیر ترین غدہ نخامیہ اپنے حالات کے لحاظ سے جسمانی ساخت اور اس کی نشو دنما پر نہایت گہرا اثر ڈالتا ہے۔ وہ ایک انسان کو تو لمبا تڑنگا اور عفریت پیکر اور دوسرے کو پست قامت اور بونا بنانے کی خاصیتیں رکھتا ہے ؎

ہمارے غدود میں سے ایک اور غدہ، غدہ درقیہ ایسے قیمتی افرازات پیدا کرتا ہے کہ جن کے بغیر نظام عصبی اپنے مخصوص کام انجام دے ہی نہیں سکتا۔ اور ہمارے حواس خمسہ اس کے فرماں بردار ہیں۔ ایک تیسرا غدہ فوق الکلیہ (کلاہ گردہ) ایسی بیش بہا رطوبتیں تیار کرتا ہے جو ہمارے خون میں شامل ہو کر اعضاء اور احشاء کے بعید ترین حصوں میں عجیب غریب تحریکیں جاری وساری کر دیتی ہیں ؎

حقیقتاً نظام غدی کے متعلق جو انکشافات اب تک ہوئے اور ہو رہے ہیں وہ قدرت کے رازہائے سربستہ ہیں جن سے دنیائے طب اور سائنس میں ایک ہل چل مچ گئی ہے اور جن کے اہم دقائق ونتائج نے سب کو مبہوت اور حیرت زدہ بنا دیا ہے۔ ان غدودوں میں سے ایک یا ان کے افعال میں کوئی فتور آ جائے تو غیر معمولی علامات اور عوارض کا ایک ایسا سلسلہ پیدا ہو جاتا ہے کہ باوجود خاطر خواہ توجہ نہ ہونے کے اسے انہی کے فتور افعال کا نتیجہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ بلکہ ان کے باطنی افعال کے توازن یا عدم توازن پر بڑی حد تک ہماری جسمانی صحت، ہماری دماغی کیفیت ادراک اور احساسات کی ندرت تناسلی اعضاء کی مکومت اور ہمارے ذاتی اور نسلی شعائر کی نزاکت غرض ہمارے تمام یا اکثر قویٰ کی قابلیت اور ان کے حُسن و قبح کا دار و مدار غدود ہی کے دامن کرامات سے وابستہ ہے ؎

اوپر میں اشارہ کر چکا ہوں کہ نظام غدی کے پیچیدہ مسائل کا اب بھی پورا علم ماہرین فن کو نہیں ہو سکا تاہم جتنا علم حاصل ہوا ہے اُس کے نتائج یہ ہیں کہ جسم کی تکوین اور اس کی طہارت میں غدود ہی حصہ لیتے ہیں۔ فضلات کا دفع کرنا۔ خلیات کا پیدا کرنا۔ جراثیم کو گرفتار کرنا اور سمیات کو چھان کر علیحدہ کر دینا انہی کی

افرازات باطنی کے کرشمے ہیں۔ ہم اس کو تسلیم کرتے ہیں کہ دوران خون یا نظام تنفس یا اور دوسرے نظامات بدن کی طرح ہر چند کہ تشریحی لحاظ سے یہ کوئی منفرد نظام نہ ہو مگر رابطہٗ وظائف کے لحاظ سے یقیناً پتہ چلتا ہے کہ یہ ایک منظم، منسلک اور باہم مربوط نظام ہے جس کی عملی اہمیت سے نہ انکار کیا جا سکتا ہے اور نہ اس کو نظر انداز کیا جا سکتا ہے۔ علم وظائف الاعضاء یا فعلیات کی اہم ترقیوں میں اس حقیقت کا انکشاف ہو چکا ہے کہ جسم کی بہت سی چیزیں ایسی ہیں جو بظاہر کوئی خاص فعل نہیں رکھتیں حقیقتاً اپنے اعمال حیات اور وظائفی سرگرمیوں میں بعض ایسی اشیا پیدا کرتی رہتی ہیں جو ان بافتوں میں خون گزرنے کے وقت شامل ہو جاتی اور اپنے کیمیاوی اثرات کو نمایاں کرتی رہتی ہیں۔ ان ہی کو قیام حیات کے لئے نہایت ضروری اور کیمیا اثر مانا گیا ہے۔

اس تمہید کے بعد ہمارے تمہید میں علم غدد کے متعلق کافی وسعت اور صفائی پیدا ہو جانی چاہئے:

غدے کی عام ساخت۔ پہلے ہم غدے کی عام ساخت کا تذکرہ کرتے ہیں۔ یہ خلیوں کا ایک مجموعہ ہوتا ہے۔ اس سے اکثر ایک نالی بھی نکلتی ہے۔ اس غدے کو قناتی یعنی نالیدار کہتے ہیں۔ بعض غدد غیر قناتی ہوتے ہیں اور افرازات اور مخصوص حاصلات خون میں براہ راست شریک ہوتے رہتے ہیں یعنی اس وقت جبکہ خون ان میں سے گذر رہا ہوتا ہے۔ یاد رکھنا چاہئے کہ صرف خون ہی ایک ایسی چیز ہے جو ہمارے جسم کے نازک ترین اعضا اور بافتوں کو تغذیہ سے سیراب کرتا ہے۔ اس لئے جب وہ غدود کے اندر سے ہو کر گذرتا ہے تو کچھ ایسے افرازات جن کی منزل مقصود دور دراز مقامات یا عام نظام جسمانی ہوتی ہے خون ہی میں شامل ہو کر اپنا سفر طے کرتے ہیں۔ بعض غدود کے حاصلات بجائے نالی کے خون ہی کے توسط سے جسم کی ہر رگ و ریشے میں گردشیں کرتے اور اپنے عملیات کی برکتوں سے انہیں مالا مال بناتے رہتے ہیں۔

غدود کی قسمیں غدود کے اقسام میں وہ تمام ننھی اور بڑی گلٹیاں شامل ہیں جو جلد دہن معدے اور آنتوں میں ملتی ہیں۔ یا گردن بغل اور کنج ران وغیرہ میں امراض کے جراثیم کو پکڑنے کے لئے موجود ہیں۔ اسی طرح لوزتین، غدہ توثہ جو بچوں میں دو سال کی عمر تک موجود رہتا ہے اور پھر ختم ہو جاتا ہے۔ غدد مخاطیہ جن کو رطوبت ریز سمجھنا چاہیئے۔ یا مخاط آور غدود جو منہ، ناک، حلق اور ہوا کی نالیوں وغیرہ پر موجود ہیں اور جن سے ایک چکنی رطوبت رستی رہتی ہے۔ اسی طرح نظام انہضامی کے غدود جو معدے اور آنتوں کی رطوبتوں کا سرچشمہ ہیں، یا ابرازی غدود، جن میں گردے، جگر، لبلبہ یا بانقراس شامل ہیں، یا خون کو صاف کرنے والے غدے، غرض یہ سب اور ایسے بے شمار غدود ہیں جو حیات انسانی کی پراسرار خدمت میں دن رات نظر لگے رہتے ہیں اور افرازات ظاہری یا باطنی کے ذریعہ سے کیمیاوی مادوں کو حفظان صحت کے لئے خادمانہ طور پر خون میں شامل کرنے یا نظام جسمانی کے پیچیدہ افعال کو برقرار رکھنے میں مددگار ہوتے ہیں۔ یہ ایک حیرت انگیز نظام فطرت ہے جس کے آگے ایک سمجھ بوجھ رکھنے والے انسان کو خالق کائنات کی بارگاہ میں سربسجود رہنا چاہیئے اور غور کرنا چاہیئے کہ تخلیق انسان میں ان حقیر اعضاء کو کتنی اہم اور پراسرار خدمات کا جائزہ دیا گیا ہے اور کیسے بڑے بڑے کام اُن کے سپرد کئے گئے ہیں۔

میں اس وقت ان بعض غدود کا مختصر تذکرہ کرنا ضروری سمجھتا ہوں جن کے حیرت انگیز کاموں نے انسانی دماغ کو مسحور کر دیا ہے۔ اور جن کی وجہ سے فن طب میں ایک ایسے نئے اور لاثانی باب کا اضافہ ہو گیا ہے۔ جس کے باعث حیاتِ انسانی کی حفاظت میں اعجازِ مسیحا کے تماشے نگاہ کے سامنے آجاتے ہیں۔

ان غدود میں سے غدہ درقیہ، غدہ فوق الکلیہ (جسے کلاہ گردہ کہتے ہیں) اور غدہ نخامیہ خاص توجہ کے قابل ہیں۔ ان غدوں میں نالیاں نہیں ہوتیں اور غیر قناتی غدوں میں شمار کئے جاتے ہیں۔ یہ ممکن ہے کہ جسم

میں اور ایسے غدود ہوں جو قیام صحت کے باب میں ان سے کوئی تعلق رکھتے ہوں۔ لیکن موجودہ تحقیقات کا قدم ابھی اسی منزل تک محدود سمجھنا چاہیے۔ اگر ان غدود کے افعال اور خصائص میں کوئی رخنہ پڑ جائے تو صحت کی چولیں ہل جاتی ہیں اور اس کا مرکز ثقل ڈگمگا جاتا ہے۔ انہی غدود میں سے بعض کے خلاصے نازک ترین اوقات میں جسم کے اندر پہنچائے جاتے ہیں اور ان سے بڑی کامیابیاں حاصل ہوئی ہیں۔ اکثر ایسا ہوا ہے کہ بھیڑ کا غدہ درقیہ کھلانے سے بعض بیوقوفوں اور احمقوں کو فائدہ حاصل ہوا ہے ❊

غدۂ درقیہ ۔ اس کے دو حصے ہوتے ہیں جو ایک دوسرے سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ دونوں حصے گردن میں ہوا کی نالی کے دونوں جانب حنجرے کے بالکل نیچے پائے جاتے ہیں۔ اور اُن میں بہت سی فضائیں موجود ہیں۔ اور افرازی خلایا کا استر ان پر لگا رہتا ہے۔ ان کا مخصوص افراز عقل والوں میں عقل و فراست کا معاون ہے ❊

ابتدائے عمر میں غدہ درقیہ اگر کسی وجہ سے ناکارہ ہو جائے تو بچوں میں ایک خاص قسم کی ابلہی نمایاں ہونے لگتی ہے اور ایسی ابلہی میں خلاصۂ درقیہ کا استعمال ہی ایک کامیاب علاج مانا گیا ہے۔ اگر جوانی یا بڑھاپے کے زمانے میں یہ غدہ بیکار ہو جائے تو ایک عجیب قسم کا مرض پیدا ہو جاتا ہے جس سے جسمانی نقص نفوذ واقع ہو کر جسم کے بال، جلد، دماغ اور دوسری ساختیں ماؤف ہو جاتی ہیں اور اس کا خلاصہ جب دوام استعمال کیا جاتا ہے تو اس مرض میں حیرت انگیز کامیابی نظر آتی ہے۔ مختصر یہ ہے کہ غدہ درقیہ کا خلاصہ ایک خاص قسم کی ابلہی، ورم قاطی اور غیر معمولی فربہی وغیرہ کے لئے تیر بہدف علاج ہے ❊

غدہ فوق الکلیہ یا کلاہ گردہ ۔ یہ غدہ دونوں جانب کے گردوں کے اوپر ٹوپی یا چھوٹے سے تاج کی شکل میں موجود ہے۔ یہ اگر اپنے عمل سے قاصر ہو جائے تو ایک عجیب و غریب مرض کی علامتیں ظاہر ہو کر

جلد کی رنگت کانسی کی طرح سیاہی مائل ہو جاتی ہے۔ اور شرائین کی عضلی قوت کی گرفت میں فرق آجاتا ہے۔ اور اُن کا تناؤ باقی نہیں رہتا۔ اس کا جوہر عام شرائین میں انقباضی قوت کے بڑھانے کی غرض سے مستعمل ہے۔ اور اعمال جراحی میں خون کی اس طرح روک دیتا ہے کہ ایک قطرہ خون کا خارج نہیں ہونے پاتا۔ آج کل عموماً بچوں کی ختنہ بلا جریان خون اسی کے عمل کا نتیجہ ہے +

غدۂ نخامیہ۔ یہ ننھا سا غدہ قاعدہ دماغ میں غالباً بطن اوسط کے نیچے موجود ہے۔ اب تحقیقات کے روشن نتائج نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ اس کے افعال و خواص نہایت ہی عجوبہ ہیں۔ اگر اس کا فعل غیر منظم ہو جائے تو ایک عجیب مرض پیدا ہو جاتا ہے۔ جس میں اسفل اور ہاتھ پاؤں کی ہڈیاں حیرتناک طور پر بڑھ جاتی ہیں۔ اور کبیرالجسمی ہفتر یتیت اور ایک ہولناک ہیئت جسمانی اس غدے کے فعل کے نقص سے پیدا ہو جاتی ہے۔ عہد قدیم کے ایسے ڈھانچے علمائے طبقات الارض کی کوششوں سے دستیاب کئے ہیں اور اب بھی بعض براعظموں میں ایسے انسانوں کی نسل کا پتہ چلا ہے جن کی کھوپڑیاں اور ڈھانچ عجیب ساخت کے اور غیر معمولی بڑے پائے جاتے ہیں۔ اس لئے بعض ماہرین کا عقیدہ ہے کہ خلاصہ نخامیہ کے استعمال سے موجودہ زمانے میں عملاً ہر انسان کو دیو بنایا جا سکتا ہے۔ اور عہد قدیم کے انسانوں کی طرح دیونما انسان بنا کر حیرت انگیز تماشا دکھایا جا سکتا ہے +

غدہ نخامیہ کا رد عمل یہ بھی ہے کہ اگر اس کا کوئی خاص حصہ بیکار کر دیا جائے تو بجائے دیو بن کے اس کا عمل انسان کو حد سے زیادہ بونا (پستہ قد) بنا دیتا ہے۔ اور تمام بونوں میں جسمانی حقارت اسی غدہ نخامیہ کے دلچسپ کھیلوں میں سے ایک کھیل ہے +

غددِ تناسلی:۔ اگر ہم نظام غددی کے سلسلے میں تناسلی غددوں کا تذکرہ نہ کریں تو نہایت اہم چیز رہ جائے گی۔ اس بات کا صریحاً اعتراف کرنا پڑتا ہے کہ ان میں اور مختلف جسمانی اعضائے کے مابین نہایت گہرا ارتباط اور اشتراکِ عمل موجود ہے۔ بلوغ اور شباب کی آمد آمد کے ساتھ باطنی غدد میں عموماً اور تناسلی غدد میں خصوصاً نہایت اہمیت کے ساتھ اندرونی تغیرات ہوتے رہتے ہیں جن کا اثر انسان کی آئندہ زندگی پر نہایت گہرا۔ نہایت دیرپا اور نہایت نمایاں پڑتا ہے۔ اور اسی زمانے میں نوجوانانِ قوم کے عادات و خصائل ان کے افعال و اخلاق بنتے اور بگڑتے ہیں۔ بلکہ نوجوانانِ قوم کی تربیت اور نگرانی اخلاق کا یہی وقت ہوتا ہے اور ... ہیں اس کی پروا کم کی جاتی ہے ✤

تسلیم کیا گیا ہے کہ غدد تناسلی میں بھی ایک باطنی افراز پیدا ہوتا ہے اور بلاشبہ یہ غدد غیر قناتی نہیں ہیں۔ پھر بھی حیرت انگیز بات یہ ہے کہ عورت اور مرد دونوں جنسوں میں ان کے باطنی افراز کی تکمیل ان کے نشوونما کے لئے ضروری ہے۔ مثلاً عورتوں میں قد و قامت کا نمو اور تمام زنانہ باتیں اسی کے نتائج عمل ہیں۔ اور مردوں میں ڈاڑھی کے بالوں کا نکلنا اور بڑھنا۔ آواز کا بھاری ہونا اور تمام خصائص مردانہ کا پایا جانا انہی کا عمل ہے ✤

ان غدد تناسلی کے افعال و خواص اور اثرات کے متعلق گذشتہ چند سالوں میں بعض ماہرین فن کے ... نہایت حیرت انگیز اور سراپا اعجاز ثابت ہوئے ہیں جن سے تجدیدِ شباب کے دلچسپ اور دل آویز ... پر اہم اور خاص روشنی پڑتی ہے ✤

انتقال اور تعلیم نصیلہ در ربط او یہ کی ساحرانہ کامیابی جس کے نتائج ناقابلِ انکار ہیں۔ مجددین شباب ... وارونا ف اور اشٹائناخ کے کامیاب عمل کا نتیجہ ہیں اور آج اَلشَّبَابُ لَایَعُوْدُ کا مسئلہ بازیچۂ اطفال بن گیا ہے۔ مناسب معلوم ہوتا ہے کہ اس دقیق موضوع پر کچھ اور بھی روشنی ڈالی جائے ✤

تجدید شباب۔ حضرات! ہم اوپر بیان کر چکے ہیں اور مدت سے یہ ثابت ہو چکا ہے
کہ نظام جسم میں گلٹیاں اپنے اعمال سے اہم حصہ لیتی ہیں اور انہی بنیادوں پر تجدید شباب کے
ایوان کی تعمیر ہوتی ہے۔ یاد رکھنا چاہیے کہ دوران خون، افعال تنفس اور قوائے ذہنیہ کی تنظیم چند
اعضاء کی حکومت ہے ان سے الگ تھلگ نہایت ہی [illegible] دور فاصلوں پر چند دوسرے اعضا اور بھی
موجود ہیں جو اپنے افرازات باطنی سے ان سب کو متاثر بناتے رہتے ہیں۔ ان کا نظام جسم پر اقتدار
اور اثر مالکانہ حیثیت سے ہوتا ہے اور وہ [illegible] جسم کے بننے والے غدود مخصوص گلٹیوں
کے نام سے موسوم ہیں اور گلٹیاں ہی اپنے باطنی افرازات کی وساطت اور دوستی سے تمام اعضاء
اور ان کے تعلقات پر اپنا اثر اور عمل دخل رکھتی ہیں۔ یہی مختصر اعضاء جسم ہیں جن کی امداد پر صحت کا دار
مدار ہے اور یہی بقائے صحت کی بڑی حد تک ذمے دار ہیں۔

انسانی اور حیوانی افرازات۔ حضرات! پہلے یہ سمجھ لینا چاہیے کہ حیوانات کی
گلٹیوں سے بھی وہی افرازات نکلتے ہیں جو انسان کی گلٹیاں پیدا کرتی ہیں۔ اسی بنا پر ایک ماہر
فن نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ ان انسانی امراض میں جو کسی گلٹی کے ذبول اور انحطاط کی وجہ سے پیدا
ہوتے ہیں علاج کا صحیح اور کامیاب طریقہ یہی ہو سکتا ہے کہ ایک تندرست حیوان کی مماثل گلٹی نکال
کر اس کا خلاصہ مریض کو دیا جائے۔ حسن اتفاق کہ عملی طور سے اس نظریے کی صحت اب ثابت ہو گئی
ہے اور اسی اصول پر علاج میں کامیابیاں ہو رہی ہیں۔ سو ہضم میں روبہ [illegible] سعدی کا خلاصہ نقص
الدم میں ہڈیوں کا گودا (مغز عظام) اور غدہ درقیہ کے ذبول سے جو بیماریاں پیدا ہوتی ہیں ان میں
خلاصہ درقیہ استعمال کروانے سے حیرت انگیز کامیابیوں کے نظارے روزانہ تجارب کا کھلونا بن
رہے ہیں تاہم اتنا عرض کر دینا غیر مناسب نہ ہوگا کہ طاعون کا علاج اگرچہ بعض امراض میں ناگزیر لیکن

یقین کی حد تک موثر ہوتا ہے۔ لیکن یہ قباحت بھی ضرور ہے کہ یہ اثرات دیر تک نہیں رہتے۔ اور
عمل قدرت کی یہ نقالیاں دوامی اثر نہیں رکھتیں۔ اس لئے بہتر ہے کہ ان غدود کی خفیف مقدار
کا استعمال مستقل طور پر خاص مدت تک رکھا جائے اور امراض مزمنہ میں اس کو چند روز کا ایک
کھیل سمجھ کر ترک نہ کر دیا جائے۔ اس موقع پر میں طب یونانی کے ان دیرپا معالجات کی طرف
خیالات کی رفتار کا رخ بدلنا چاہتا ہوں جن سے عرصہ دراز کے تجارب اور داستانیں زبانوں پر
ہیں۔ اس لئے میری رائے ہے کہ اگر دونوں معالجات سے بالاشتراک فائدہ اٹھایا جائے گا، تو
نتائج ضرور دیرپا اور کارگر ہوں گے۔

حضرات! اس میں شبہ نہیں کہ اطبائے قدیم بھی اس امر کے قائل معلوم ہوتے ہیں کہ
غدود میں کوئی خاص تاثیر ہے۔ اُن کے خیال میں بھیڑ اور بکری وغیرہ کی کلیجی یا اوجھڑی وغیرہ کے
استعمال سے ان ہی اعضاء کو تقویت پہونچتی ہے۔ مگر یہ تخمینہ صرف ایک تخیلہ تھا جو تجربہ بوڑھوں
کی زبانوں تک بھی جاری رہا اور یہ انصاف کا فتویٰ نہ ہوگا کہ ہم استدلال میں اپنے ایسے نا
تمام تخیلہ کو معلومات جدیدہ کی سپر بنائیں، تاہم یہ تسلیم کرنا پڑتا ہے کہ موجودہ زمانے کے نامور مجدد
شباب ڈاکٹر واروناف کے جدید نظریات اور حیرت انگیز عملیات سے نہ صرف باطنی غدود کے افعال
کے متعلق عجیب و غریب بصیرت حاصل ہوئی ہے بلکہ عوارض فرسودگی کے نقائص کی اصلاح کا بھی
آسان طریقہ نکالا گیا ہے۔ مجدد شباب کا یہ مشہور ماہر فن جن دنوں انگلستان گیا تھا اس وقت اس
نے اپنے علمی تجربات اور عملیات سے عوام کو محو حیرت بنا دیا تھا۔ اس نے بیان کیا کہ قدیم اصول
کی عملی تطبیق کر کے ان ہی نظریات کو سنگ بنیاد بنایا گیا ہے جو عام طور پر مسلمات کی فہرست میں

آچکے ہیں اس نے عمل تقلیم اور ترقیع کے طریقوں سے اعادۂ شباب کے لئے کوشش جو کر دیا، اور ایک تندرست بندر کے غدے کو نکال کر انسان کے مذبوں غدے کی جگہ لگا دیا۔ اسی کا نام عمل تقلیم (پیوند کاری) ہے۔ اس عمل تقلیم کا اثر یہ ہوا کہ نیا گلٹی مریض کے جسم میں ایک عرصے تک اپنے افرازات بناتی رہی اور بھاگتا ہوا شباب کچھ دن کے لئے اسکے قدموں میں واپس آگیا۔

بڑھاپے کی ماہیت:- ڈاکٹر وارونوف نے اس مسئلہ کا گہرا مطالعہ کیا کہ گلٹیوں میں سے کوئی گلٹی ضرور ایسی ہونی چاہئے جس کا عمل یہی خاص افراز کا تیار کرنا اور جسمانی خلیات کے قابل حیات اجزاء کو تحریک پہونچانا ہے۔ بڑھاپا (شیب یا شیخوخت) اس امر کی دلیل ہے کہ اس گلٹی کا فعل اس دور میں مضمحل یا مسدود ہو گیا ہے اس لئے اس کا جانشین اور عامل اسی مماثل چیز کو بنا دینا ہی عمل افزائی ایک سودمند معاونت ہو سکتی ہے۔

اس نے غور کیا کہ اگر غدہ درقیہ بیمار یا مدبول ہوتا تو اس کے نتائج ضعیفی اور بڑھاپے میں رونما ہوا کرتے اور وہ مرض، ہڈیوں کو ٹیڑھا بنا دیتا ہے عارضی ہو جاتا۔ اسی طرح اگر غدہ نخامیہ ماؤف ہو جاتا تو تنفس کی رفتار میں رکاوٹ اور درجہ حرارت میں کمی واقع ہو کر ہلاکت کا سامنا ہو جاتا۔ مختصر یہ ہے کہ بڑھاپا لازماً اور یقیناً غدد تناسل (خصیوں) کی خرابی اور زبونی کا نتیجہ ہے اور اسی راز کو آشکارا کر دینا استدلال عقلی کا ثبوت ہے۔

تجدید شباب:- حضرات! جس وقت بڑھاپے کی ماہیت کا علم حاصل ہو گیا اور حقیقت بے نقاب نظر آنے لگی تو ڈاکٹر وارونوف نے (جیع القوی) بندر کے تناسلی غدد (خصیوں) کا پیوند مریض کے جسم میں لگانا شروع کر دیا اور یہ آزمائش قریباً صحیح ثابت ہوئی اور جبھی احساسات

اطریفل بادامی

دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے۔ دماغی محنت کرنے والوں کے لئے نہایت مفید ہے۔ دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے اور محنت کی زیادتی سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا۔ بینائی و حافظہ کو ترقی دیتا ہے اور خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے۔ تفریح پیدا کرتا ہے نزلہ اور درد سر کو کھوتا ہے نہایت مفید ہے۔ **ترکیب استعمال**:- ۶ ماشہ صبح یا سوتے وقت استعمال کریں۔ گڑ، تیل اور کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱؍) +

نفسیاتی حالات یا خفیف تناسلی جذبات میں فرسودہ قوت کے اعتبار سے بہتر صورت حال ظاہر
ہوگئی ۔ یہ نظریہ اس امر کا ثبوت ہے کہ جسم اور دماغ کے خلیات کی قابلیت حیات بکلیتہٗ
اسی غدے (خصیہ) کے باطنی افرازات کا ثمرہ ہے اور ایسے بوڑھوں میں جن کے قویٰ کی توانائیں
بالکل زائل نہ ہوئی ہوں عملیات تغیر و تلقیح بلاشبہ ایک کامیاب علاج ہو سکتے ہیں ۔

ایک خطرہ: حضرات! بعض لوگوں کے دماغوں نے اس خطرے کو محسوس کیا ہے
کہ عمل تلقیح سے حیوانوں (بندروں) کے خواص اور عادات کا منتقل ہوجانا اور انسانوں کا بندروں
کی سی حرکتیں کرنا ممکن اور قرین قیاس ہے۔ لیکن یہ غلط فہمی ہے اس عملیے سے دماغ منتقل نہیں
کیا جاتا بلکہ خصیوں کا ردوبدل ہوتا ہے۔ غور طلب امر یہ ہوگا کہ گلٹیوں کا حقیقی اور اصلی فعل کیا ہے؟
گلٹیوں کا فعل یہ ہے کہ دوسرے اعضا اور احشا میں تحریک پیدا کریں اور افرازات کے
حصول سے ہر عضو کو قوت اور تیزی سے فرائض پر تیار کرتے رہیں۔ ایک بوڑھے اور از کار رفتہ
گھوڑے میں ایک صحیح القویٰ جوان آدمی کا غدہ ورقیہ چسپاں کیا جائے تو گھوڑا انسان کی طرح ادراک
اور شعور کا مالک نہیں ہو سکتا بلکہ اسی مخصوص طریقہ پر اپنے دماغ کو کام میں لاسکے گا جو حس حیوانی
کے حدود میں محدود ہے۔ یعنی اس کے خلیات از سر نو بیدار ہو جائیں گے اور گھوڑا گھوڑا ہی رہے گا

ماہر شٹائنلخ: اس شخص نے تجدید شباب کا ایک نہایت آسان طریقہ ایجاد
کیا ہے جو رابطہ الوعا کا ایک طریقہ خاص ہے جس کو گرہ بندی کہنا چاہئے۔ وہ مریض کے مجرائے منی
میں ایک خاص ترکیب سے گرہ لگا دیتا ہے جس سے ایک مخصوص افرازی ساخت کو تحریک حاصل

ہوتی ہے اور وہ اثر بخش نشوونما کر کے باطنی افرازکافی مقدار میں تیار کر دینے سے تلافی مافات کا ذریعہ ہو جاتا ہے اس عمل میں تقسیم و ترقیع کے عملیات کی زحمتیں مریضوں کو برداشت نہیں کرنی پڑتیں ۔ حضرات! ہندوستان افلاس نشان میں اس محیر العقول طریقے کا مذاق بھی اڑایا گیا ہے۔ اس سے قطع نظر اس قسم کے معدودے چند علاج ہی شاید اس سرزمین پر کسی ماہر فن کے ہاتھ سے ہوئے ہوں گے۔ لیکن ہر معمولی علاج میں بھی کامیابی کسی معالج کے ہاتھ کا کھیل نہیں ہوا کرتی۔ تاہم اس شغف سے غدد کے اعمال، افعال اور عادات و خصائص کا کافی علم ہم کو حاصل ہوا ہے۔

حضرات! غدد کی داستان میں اہم ازی غددوں کا بیان اب تک آپ کے سامنے نہیں آیا قلت وقت اس طویل داستان کی تفصیل میں حائل ہے۔ مختصراً یہ ہے کہ جگر، گردے، طحال، لبلبہ، جسم کے یہ بڑے بڑے غدد و افعال کے لحاظ سے ارمانی غدے کہلاتے ہیں۔ ان غددوں میں سے ہر ایک کی تفصیل کے لئے چونکہ ایک بڑے باب کی الگ الگ تفصیل ضروری ہے اس لئے ہم ہر ایک کا تذکرہ علیحدہ مقالوں کی صورت میں پیش کریں گے۔ اس وقت اس خشک مضمون کو یہیں ختم کر کے آپ کی توجہ کا شکریہ ادا کرتا ہوں ۔

عورت

اس مضمون میں عورت سے میری مراد مشرقی غیر مہذب عورت، گرل اسکول کی تعلیمیافتہ مس یا مغربی لیڈی نہیں جن کی نسبت مجھ نا مہذب کو مجال سخن نہیں۔ میں خود ابن آدم ہوں، اور آدمؑ و حواؑ کی اولاد کا سمجھ سکتا ہوں۔ جیگا ڈر اور بندر کے ارتقائی نتیجے میری حد ادراک سے خارج ہیں ناخن، خرد نے اپنے زعم میں دنیا جہاں کے عقدے کھول کر رکھدیئے پھر بھی دیکھا تو زندگی رمز نہ پہچانی رہی۔ شعراء نے اوراق دل کی شرح میں ہزاروں دیوان سیاہ کر دیئے مگر آج تک یہ پہیلی بے بوجھی کی بے بوجھی ہی رہی۔ اور عالم دل تک کسی کی رسائی نہ ہوئی۔ جہان دل کی ملکہ (عورت) کو دیکھا تو سب نے لیکن جانا کسی نے بھی نہیں۔

قدرت کی بوالعجبی دیکھو جس کے خون سے ہماری پیدائش و پرورش، جس کے آغوش میں ہمارا نشوونما جس کے بوسوں سے ہماری تقویت جس کی محبت سے ہماری تربیت، آج اسی صنف لطیف کی ہر نظر ہمارے لئے ایک معمہ، ہر بوسہ ایک راز، ہر ادا ایک عقدہ لا ینحل ہے۔ آدمؑ کے بیٹے زمین پر جنم لیتے ہی عشق و محبت کا راگ الاپتے اور آج تک ان محبت کے آوازوں سے فضائے عالم گونج رہی ہے۔ حواؑ کی بیٹیوں کی پرستش میں جبین نیاز گھستے چلے آتے ہیں مگر حواؑ کی بیٹیاں چپ سنتی ہیں دیکھتی ہیں مسکراتی ہیں، اپنی اس محبت کے مقابلہ میں جس کی بلندی زبان کشائی کی سطح سے بہت اونچی اور جس کی گہرائی وہم و خیال کی رسائی سے بہت دور رہتی ہے اس طبل تہی کا جواب خاموشی کے سوا کچھ نہیں رکھتیں۔

اگر ایک گلاب کے پودے کی نفسی کیفیت کے کامل انکشاف میں سرجے سی بوس کے نازک آلات کامیاب سمجھے جاسکتے ہوں تو شعرا نے بھی عورت کے دل کی تھاہ، اس کی محبت کی غایت، اس کی نفرت کی تہ پالی۔ نہیں تو نہیں۔

دل کی تھاہ کا کیا ذکر، عورت کا ایک خشمگیں تیور، ایک اشک آگیں نگاہ، ایک تبسم پنہاں ایک دزدیدہ نظر، ایک متحیر ٹکٹکی، ایک ہاتھ کی جھٹک، ایک آنچل کی سنبھال ایک رم بے محابا، ایک جھکی ہوئی آنکھ، ایک دبی ہوئی آہ، ایک نہیں ایک سکوت۔ ان میں سے کسی ایک کا بھی نفسیاتی تجزیہ کبھی کسی فلسفی شاعر سے ممکن ہوا ہے۔

یہ اور ایسی ایسی سینکڑوں ادائیں جو عورت کے حسن کی نہیں عشق کی کرشمہ سازیاں ہی بجائے خود دقیق مسائل ہیں جن کا حل محال ہے بلکہ ناممکن ہے مجملاً صرف اتنا قیاس کیا جا سکتا ہے کہ اس کی محبت کا سمندر ناپیدا کنار ہے۔ مرد کی محبت، بے تابی، فریاد و فغاں، آہ و نالہ اسی کے آفتاب محبت کا ایک عکس ناقص ہے۔

لیکن اگر حسن کی جگہ عشق اور رخ جاناں کے عوض محبت یا اس کے ہم معنی کلمہ ہوتے تو ہم شاعر کی فکر رسا اور حقیقت نگاری کی زیادہ داد دیتے۔ اصل یہ ہے کہ جو چیزیں ہمیں حسن و جمال اور ادا و ناز دکھائی دیتی ہیں وہ عورت کی محبت مجرد کی مادی شکلیں ہیں۔ بذاتہ ان کا کوئی مستقل وجود نہیں۔ اس بنا پر اگر تمام ادبیات شاعری میں حسن اور اس کے توابع ناز و انداز وغیرہ کو عشق و محبت سے بدل دیا جائے تو یہ خلاف واقعہ نہ ہوگا بلکہ اصل حقیقت۔

غرض مرد کی محبت عورت ہی کے نورِ دل کا ایک پرتو، ایک نقش، ایک عکس ہے۔
مرد کی محبت کے قوس و قزح اور اس کے سارے رنگ عورت کے خورشید محبت کے جلوے
ہیں۔ مرد کی محبت کے کل تارے اسی سورج سے روشن ہیں۔ ہمارے عود و رباب کے تاروں سے
جو پیاری پیاری آواز سنائی دیتی ہے وہ جنس زود سے نہیں عورت کے دل سے نکلتی ہے ؎

شہنائے دل گداز صدا کس بلا کی ہے ✤ آواز ہو نہ ہو کسی درد آشنا کی ہے

یہ ایک حقیقت ہے جس سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ مرد زبان سے بولتا ہے۔ عورت آنکھ
سے —— مرد حرکات سے اظہار محبت کرتا ہے۔ عورت سکوت سے —— مرد ہنستا
ہے، لوٹتا ہے، چینتا ہے۔ عورت گھلتی ہے —— مرد عورت کو التفات رحم و عنایت
بخشتا ہے۔ عورت مرد کو دل، جان اور روح نذر کر دیتی ہے —— مرد محبت میں عقل
و مصلحت کو ہاتھ سے نہیں دیتا۔ عورت محبت میں جان و مال دین و ایمان سے دریغ نہیں
کرتی —— مرد مہربانی سے پیش آتا ہے۔ عورت قربانی سے —— مرد ہاں کہتا ہے
اور نہیں مراد رکھتا ہے۔ عورت نہیں کہتی ہے اور ہاں مراد رکھتی ہے —— اعتقاد محبت
میں مرد ضعیف العقیدہ ہوتا ہے۔ عورت راسخ الایمان —— دین عاشقی میں مرد کبھی
مشرک ہو جاتا ہے۔ عورت تمام عمر موحد رہتی ہے —— مرد حریص بھونرا ہے جو کلی کلی کا رس
لیتا پھرتا ہے۔ عورت پروانہ ہے جو ایک شمع پر قربان ہو جاتی ہے —— مرد کے جام
محبت میں سیاہ مستی ہے پھر خمیازہ خمار۔ عورت کے نشۂ عشق میں سرشاری ہے بلا خمار ——
محبت مرد کی دل لگی ہے۔ عورت کی زندگی۔

ہم کیا فرماتے ہیں مولانا لاثانی گنجی اور مس حاجیہ مثنوی کہ اب غالباً انکار کی گنجائش نہ ہوگی،،
صرف ایک چیز عورت کی محبت کو فنا کرتی ہے اور وہ صدمہ رقابت ہے۔ وہ مرد کے
ظلم وستم، زدوکوب، ذلت وافلاس سب کچھ گوارا کر سکتی ہے مگر آتش رقابت برداشت نہیں کر
سکتی۔ یہ آگ اس کے خرمن محبت کو جلا کر اسے نفرت سے بدل دیتی ہے اور پھر وہ سب کچھ کر
سکتی ہے۔ جوشش انتقام وحسد میں جان دے سکتی ہے، لے سکتی ہے۔ گوہر آبرو کو خاک میں
ملا سکتی ہے۔ وہ فرشتہ سے مجسم شیطان بن جاتی ہے۔

عورت کی محبت جیسی قابل قدر نعمت ہے اُس کی نفرت ویسی ہی مہیب آفت ہے۔
سبب ظاہر ہے، عورت کا حسن وشباب ایک سریع الزوال پھول ہے، جو ایک
ہی بار کھلتا ہے۔ یہی قلیل مدت اس کا سرمایہ نشاط ہے اور اس وقت یہ نازک پھول اگر ناقدری
محبت سے روند دیا جاتا ہے تو اس کے پاس سوائے یاس وحرمان کے اور کیا رہ جاتا ہے؟
مگر یہ نفرت بھی محبت ہی کا الٹا رُخ ہے۔ عورت کے سارے عیب وہنر ایک ہی جذبے
کے سیدھے اور اُلٹے رُخوں کے مختلف رنگ ہیں۔ غرض لے دے کے عورت کی زندگی عبارت
رہ جاتی ہے صرف ایک حرف محبت سے ٭ ہ

عورت کا دل ہے کیسا کیونکر کوئی بتائے — اس آئینے میں دیکھے تو اپنی شکل پائے
جاں لیوا یہ جفا میں جاں بخش یہ وفا میں — عورت ہے موج دریا مارے بھی اور جلائے

جان اپنی دے کے لیتی ہے انتقام عورت
کرتی ہے نذر بھی جاں جس سے یہ دل لگائے

(ایک حیران جاہل)

عنبر

(جناب حکیم سید محمد قاسم صاحب لکھنوی)

مشک کے برابر بلکہ اس سے زیادہ بیش بہا اور منفعت خیز چیز ہے۔ یہ بھی دواؤں میں اور عطریات میں دونوں طرح مستعمل ہے گو عنبر میں کوئی خاص خوشبو بظاہر نہیں ہوتی اور سونگھنے والے کو بھی اس کی خوشبو کا کوئی احساس نہیں ہوتا مگر قدرت کے مخفی اسراریوں ظاہر ہوتے ہیں کہ تھوڑا سا عنبر بھی اگر کسی عطر یا خوشبو دار چیز میں ملا دیا جائے تو وہ ایک ایسی خوشبو پیدا کر دیتا ہے جس کا مقابلہ دنیا کی کوئی خوشبو نہیں کر سکتی۔ عطریات کی خوشبو کو پائدار کرنا اس کا خاص جوہر ہے

عنبر کی ماہیت عنبر کیا چیز ہے؟ اس کی حقیقت و ماہیت کیا ہے؟ اس میں بہت اختلاف ہے اگرچہ آج کل کے محققین یورپ اس امر کے قائل ہیں کہ عنبر وہیل مچھلی کی آنتوں میں ایک بیماری کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے اس بیماری کا نام (Phyeoter Macno Cop halms.) رکھا جاتا ہے اور عنبر کی پیداوار مرضی (Patho lagical Priduct) میں شمار کیا جاتا ہے۔

وہیل مچھلی اس مرض سے نہایت لاغر و کمزور ہو جاتی ہے بسا اوقات ایسا ہوتا ہے کہ طبیعت مدبرۂ بدن کے ذریعہ سے عنبر کو نکال دیتی ہے اور مچھلی صحیح و تندرست ہو جاتی ہے۔ اور کبھی کبھی یہ مچھلی مر جاتی ہے جانوران دریائی اس کے گوشت وغیرہ کو کھا لیتے ہیں اور عنبر کو نہیں چھوتے وہ بہتا ہوا دریا کے کنارے پہونچ جاتا ہے جہاں سے ملاحوں یا اسکے متلاشیوں کے ہاتھ آجاتا ہے۔ وہیل مچھلی جس کی آنتوں سے اکثر یہ مادہ نکالا جاتا ہے بہت اشتیاق کے

ساتھ شکار کی جاتی ہے لیکن اس کا شکار بے شمار خطرات سے مملو ہوتا ہے کیونکہ یہ مچھلی اس قدر زبردست ہوتی ہے کہ اپنی دُم کی ادنیٰ حرکت سے بڑی مضبوط آہنی کشتیوں کو غرق کر دیتی ہے۔ اکثر اس کے شکار میں دو تین جانیں بھی دریا کا لقمہ بن جاتی ہیں۔ اس مچھلی کے شکاری نہایت بے تابی اور اشتیاق کے ساتھ اس بات کے منتظر رہتے ہیں کہ کب قسمت یاوری کرے اور کوئی بیمار مچھلی ہاتھ آجائے کبھی کبھی طالع کی یاوری سے ایسی مچھلی ہاتھ آجاتی ہے جس کی آنتوں سے فوراً عنبر نکال لیا جاتا ہے۔ باوجودیکہ آج کل کے محققین عنبر کی ماہیت کے اس طرح قائل ہیں پھر بھی اس کی ماہیت میں یوں شک کیا جاتا ہے کہ نہ معلوم عنبر کی پیدائش بیماری کا نتیجہ ہے یا عنبر کھا لینے سے وہیل مچھلی کو یہ بیماری پیدا ہوتی ہے؟ اور قدیم محققین کے مختلف اقوال اس کی حقیقت و ماہیت کے بارے میں موجود ہیں جن میں سے چند کا تذکرہ ناظرین رسالہ کی دل چسپی کے لئے درج کیا جاتا ہے۔

(۱) بعض کہتے ہیں کہ یہ ایک پرند جانور کا سرگیں یا فضلہ ہے جو میڈاگاسکر میں عام طور پر پایا جاتا ہے یہ کسی نہ کسی ترکیب سے سمندر میں پہونچ جاتا ہے جس کو وہیل مچھلی کھا لیتی ہے اور پھر بغیر کسی تبدیلی کے یہ وہیل مچھلی کے پیٹ سے خارج ہو جاتا ہے اور دریا کے کنارے بہ کے آجاتا ہے (۲) بعض کا قول ہے کہ یہ ایک قسم کی شبنم ہے جو سطح آب پر جمع ہوتی ہے، اور ایک عرصہ دراز تک پانی پر رہتے رہتے منجمد ہو کر دریا کے کنارے بہ آتی ہے۔

(۳) بعض کہتے ہیں کہ یہ ایک خاص قسم کی شہد کی مکھی کا موم ہے جو پہاڑوں کے خفیہ دروں اور بلند و پرانے درختوں کی چوٹیوں پر اپنا چھتہ لگاتی ہے (جہاں تک آدمی کی پہونچ نہیں ہوتی) زمانۂ بہار میں پہاڑی خوشبودار گل دریاحین سے یہ مکھیاں شہد حاصل کرتی ہیں۔ یہ شہد برابر چھتوں میں جمع ہوتا رہتا ہے۔ بارش کے موسم میں آب و باد و کثرت باراں سے یہ چھتے پھٹ جاتے ہیں اور سیلاب کے ساتھ اس کا موم دریا میں پہونچ جاتا ہے اور دریا کے کنارے

جمع ہوجاتا ہے اس قول کو اکثر قدیم حکمائے نے اختیار کیا ہے اور علامہ گاذرونی نے شرح مفردات قانون میں بھی اسی قول کو اختیار کیا ہے اور دلائل بھی پیش کئے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ عنبر گرم پانی میں یا آگ پر پگھل جاتا ہے اور پھر سردی پاکر جم جاتا ہے جو اس کے موم ہونے پر دال ہے علاوہ اس کے بعض ثقات اطبائے نے یہ بھی بیان کیا ہے کہ جب کبھی شاذونادر تازہ عنبر ہاتھ آتا ہے تو اس میں قدرے شیرینی بھی پائی گئی ہے اور خوشبو بھی بے انتہا محسوس کی گئی۔

(۴) چند حکما اس بات کے قائل ہیں کہ عنبر بعض درختوں کا گوند ہے جو تمازت آفتاب سے بہ کر دریا میں تہ در تہ جمع ہوجاتا ہے۔

(۵) بعض لوگوں کا خیال ہے کہ یہ دریا کا کف ہے جس وقت سمندر میں جوش آتا ہے اس وقت ایک خاص قسم کی رطوبت مغز سمندر سے اٹھ کر سطح آب پر آجاتی ہے جو منجمد ہو کر عنبر کی صورت اختیار کر لیتی ہے۔

(۶) بعض حکمار کا قول ہے کہ عنبر ایک سیال ارضی ہے - (Minaral Mattar) - جو چشمہائے سواحل دریا یا معادن دریائی سے پیدا ہوتی ہے۔ مثل قیر مومیائی و سلاجیت کے اور لطمات امواج دریا کی وجہ سے سطح آب پر آکر منجمد ہوجاتی ہے۔ اسی قول کو خاتم الاطبار شیخ الرئیس بو علی سینا نے بھی اختیار کیا ہے۔

فقیہ جرمنی کے شاہی دواساز (Her. Neumann) نے بھی قریب قریب اسی قول کو اختیار کیا ہے وہ اس بات کے منکر ہے کہ عنبر حیوانی پیدائش (Animal Product) ہے اور اگر وہیل مچھلی کے پیٹ سے نکلتا ہے تو اس کی

وجہ یہ ہے کہ اس مچھلی نے عنبر کو قبل ازیں کھا لیا ہوگا بلکہ یہ لکھتا ہے کہ جس طرح زمین کے جوش سے بعض روغنی اشیا رمثی کا تیل پٹرولیم (Mineral Mallei) وغیرہ نکلتی ہیں اسی طرح یہ بھی مادۂ سیال ارضی ہے جو دریا سمندر میں زمین کے مسامات سے بہہ کر نکلتا ہے اور دلیل اس پر یہ ہے کہ عنبر کے ٹکڑوں کا تہ در تہ طبقات سے مرکب ہونا اور اکثر ان طبقات میں ذرات ارضی یا فلزات یا بالو کا پایا جانا اس قیاس کا موید ہے کہ عنبر بھی منجمد ہونے کے قبل مثل دیگر مادہ ہائے ارضی کے سیال رہا ہے اور زمین سے نکلتے وقت جو چیزیں راہ میں پڑیں وہ اس میں شامل ہوگئیں پھر قدیم سنطقیانہ موشگافیوں کو ترک کرکے تجربہ و مشاہدہ سے یہ امر ثابت ہوگیا کہ عنبر وہیل مچھلی سے نکلتا ہے۔ اسی لئے ملک افریقہ میں وہیل مچھلی کا شکار بہت اشتیاق سے کیا جاتا ہے اور شکاریوں کو یہ مادہ وہیل مچھلی کے شکم سے اکثر و بیشتر ملتا رہتا ہے۔

عنبر کے اوصاف و اقسام عنبر زیادہ تر جزائر افریقہ کے ساحلوں پر دریا کے کنارے یا دریا میں بہتا ہوا پایا جاتا ہے یا وہیل مچھلی کے شکم سے نکالا جاتا ہے۔ یہ چھوٹے و بڑے ٹکڑوں و ڈلوں کی صورت میں پایا جاتا ہے۔ ایک ٹکڑے کا وزن چند چھٹانک سے لے کر چند سیر تک ہوتا ہے لیکن بڑے ٹکڑے بہت کم ملتے ہیں اگرچہ ایک زمانہ میں ایک ڈچ جہاز راں کمپنی کو ایک ٹکڑا تقریباً سوا دو من (۱۲۸ پونڈ) وزنی بھی ملا تھا جس کو اس کمپنی نے ۱۱۶۴۰۰ فلارن میں بیچا تھا۔ عنبر کا وزن ہلکا ہوتا ہے۔ جلانے سے خوشبو دیتا ہے۔ چبانے میں نرم دانتوں میں چپکتا ہے۔ مختلف اقسام کا ہوتا ہے۔ صاف مائل بہ سرخی اس کو اشہب کہتے ہیں جو گول شکل (مدور) کا ہوتا ہے اس کو شامہ کہتے ہیں اور جو ٹکڑے مائل

یہ سفیدی ہو، اور ان پر چھوٹے چھوٹے سفید نقطہ مثل دانہ خش خاش پڑے ہوں اُس کو عنبر خشخاشی کہتے ہیں اور ان سفید نقطوں کو بہار عنبر کہتے ہیں ایک قسم بالکل سیاہ ہوتی ہے، اس کو عنبر سارا کہتے ہیں۔ بہترین قسم اشہب ہے، پھر خش خاش مائل بہ سفیدی، یا سبزی مائل بزرقت (نیلگوں) پھر سیاہ۔ عنبر جعلی و مصنوعی بھی بنایا جاتا ہے۔ اگرچہ مصنوعی عنبر بنانا آسان کام نہیں ہے اور اس کا جعل بہت جلد صورت وشکل سے پہچان لیا جاتا ہے۔ لیکن لادن، دھونا، موم وغیرہ ملا کر بناتے ہیں اور کبھی کبھی اس کے اوپر اصلی عنبر کی تہیں جما دیتے ہیں، یا خالص عنبر کو پگھلا کر ان مصنوعی ڈلوں پر ڈال دیتے ہیں اور ایک عرصہ تک رکھ چھوڑتے ہیں پرانا ہونے کے بعد بازار میں لاتے ہیں۔ حقیقتہً یہ ایک ایسی دردسری ہے جس پر بہت کم طبیعتیں ہمت کرتی ہیں اور ڈلا توڑنے سے بہت جلد پہچان بھی لیا جاتا ہے۔

اس مجہول الماہیت دوا میں خلاق عالم نے ایسے بیش بہا فوائد پنہاں رکھے ہیں، جن کا مقابلہ کوئی دوسری دوا نہیں کر سکتی اس کے افعال و خواص و تاثیرات ایسے عظیم الشان ہیں کہ عالم ادویات میں اس نے اعلیٰ مرتبہ حاصل کیا گو اس کا مزاج گرم وخشک ہے لیکن پھر بھی ارواح و اعضائے رئیسہ کی تقویت پہونچانے میں کوئی دوا اس سے زیادہ مناسب و معتدل نہیں ہے۔ مقوی قلب و مفرح ہے۔ حواس خمسہ کو تقویت پہونچاتی اور دماغ کے لئے بہت نفع مند ہے حافظ ارواح و قوی نفسانی وحیوانی وطبعی ہے۔ سرد مزاج والوں کو بہت زیادہ تفریح بخشتی ہے قوت مردانہ کی محرک اور گئی ہوئی قوت کے واپس لانے میں بے نظیر ہے۔ بحث سے سخت بیماری۔ ... کر ضعف لاغری پیدا ہو گئی ہو اور یہ مسہلہ کے پینے سے کمزوری آگئی ہو،

کثرت جماع یا کسی شدید درد کی تعب نے ناتوان بنا دیا ہو لیسے تمام حالات میں حیرت انگیز و معجز نما اثر دکھا کر گئی ہوئی قوت کو واپس لاتا ہے، زہریلی ہواؤں اور وبائی فصلوں میں اس کا استعمال یا اس کا بخور لینا تریاق کا حکم رکھتا ہے۔ درد شکم معدہ یا ریاح غلیظہ امعاء میں ایک رتی عنبر چار پانچ روز کھانا درد کو کھوتا ہے اور ریاح کو دفع کرتا ہے۔ فالج، لقوہ، رعشہ، کزاز، عذر صداع بارد شقیقہ جنون و پرانے بارد نزلہ، پرانی کھانسی و دمہ، ضعف قلب، خفقان، غشی و ضعف معدہ و جگر و استسقا، یرقان و طحال میں بے انتہا فائدہ مند ہے۔ ایک عجیب حیرت انگیز اثر اس کا یہ دیکھا گیا ہے کہ آواز سے کام لینے والے حضرات پر فوراً اپنا اثر دکھاتا ہے، آواز کو کھولتا ہے اور دیر تک آواز سے کام لینے کی طاقت پیدا کرتا ہے اگر کسی شخص کو یہ مقصود ہو کہ وہ اپنی آواز سے بہت عرصہ تک کام لے تو وہ ایک ایک رتی عنبر منہ میں رکھ کر تھوڑی دیر تک چوستا رہے۔ یہاں تک کہ سب لعاب دہن سے مخلوط ہو کر معدے میں پہونچ جائے یا عنبر شہد میں گداختہ کر کے ڈبیا میں رکھ چھوڑے اور بر وقت تھوڑی تھوڑی دیر انگلی چاٹتا رہے۔ نیز اگر کسی شخص کو یہ مقصود ہو کہ صحبت کے بعد جسم میں کمزوری پیدا نہ ہونے پائے وہ عنبر و سلاجیت و شہد خالص کی چٹنی بنا کر رکھ لے اور بعد فراغ اس قدر کھائے کہ ایک خوراک میں ایک رتی عنبر آجائے خدا نے چاہا تو ہر دفعہ کے استعمال میں ایک نئی طاقت پیدا ہوگی +

رعشہ

(از جناب پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب مٹیابرج کلکتہ)

رعشہ یا کپکپی کی بیماری جسے ڈاکٹری میں کوریا (Chorea) کہتے ہیں
اس موذی مرض میں مریض کے تمام عضلات بے قابو ہوجاتے ہیں۔ یہ نظام عصبی کے امراض
میں سے ہے۔ مریض کے ہاتھ، پاؤں، چہرہ سب بے قابو رہتے ہیں۔ بلا ارادہ ہاتھ ہلنے لگتے
ہیں۔ بسا اوقات مریض جب نوالہ کھانے کو اٹھاتا ہے تو ہاتھ بجائے منہ کے سر پر پہونچ جاتا
ہے۔ مریض کچھ لکھ نہیں سکتا۔ کسی چیز کو پکڑ کر قائم نہیں رکھ سکتا۔ پیر ٹھیک نہیں اٹھتے، قدم
رکھتا کہیں ہے اور پڑتے کہیں ہیں۔ غرضکہ یہ خوفناک بیماری لاعلاج بیماریوں میں سے ایک
تصور کی جاتی ہے۔ زبان میں لکنت واقع ہوجاتی ہے۔ زندگی تلخ ہوجاتی ہے۔ اگر مریض
دولت مند ہے تو وہ ساری دولت خرچ کرکے بھی اس موذی مرض سے نجات حاصل کرنے
کے لئے بے چین رہتا ہے۔

یہ مرض اکثر موروثی ہوا کرتا ہے۔ ہسٹریا یا اختناق الرحم والی عورتوں کی اولادیں
اس موذی مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ اس مرض کے اسباب کثرت مے
نوشی، کثرت جماع، کمی خون، حلق، عصبی کمزوری، وجع مفاصل، نقرس، صدمہ دماغ، کرم
امعاء وغیرہ بھی بیان کئے گئے ہیں۔

اگرچہ اس مرض کی سینکڑوں ولایتی اور دیسی پیٹنٹ دوائیں ایجاد ہوچکی ہیں۔ اور جرمنی، فرانسیسی، اٹالین، انگلینڈ وامریکہ کے سینکڑوں تیار شدہ انجکشن اس مرض کے عرصہ وصول مطلب و ہاسپٹل ہیں مگر میرا دعویٰ ہے کہ ان تمام دواؤں کا اثر محض عارضی ہوتا ہے یعنی جب تک انجکشن کا اثر خون ورگ و پٹھوں میں رہتا ہے اس وقت تک پیپ بند رہتی ہے اور انجکشن کا اثر زائل ہوتے ہی بس مریض جوں کا توں ہوجاتا ہے۔

اس سے قبل جرمنی کی شہرۂ آفاق و مایہ ناز کمپنی بٹیرس لمیٹیڈ کی مندرجہ ادویہ بے حد مفید بتائی جاتی تھیں لیکن فی الحقیقت بے کار تھے۔ ایاسین ٹیبل ٹس، والائل ٹیبلیٹس، ایڈالین ٹیبلیٹس، فیوذرام ٹیبلیٹس یہ تو گولیوں اور ٹکیوں کی شکل کی ادویات کہلائی جانے والی ہیں اور چند انجکشن بھی اس کمپنی کے تھے مثلاً سولارسان، یوروگون، ٹونوفاس فان، آپ ٹارشن، مگر سب بے کار و بے سود تھیں۔

اسی طرح امریکہ کے ممتاز دوا فروش میسرز پارک ڈیوس اینڈ کمپنی امریکہ نے بھی چند ادویات کھانے کی اور چند انجکشن ایجاد کئے ہیں مگر وہ بھی قطعی بے سود ہیں۔ (جن ڈاکٹروں نے ان تمام انجکشنوں اور ادویات کو مریضوں پر استعمال کیا ہے وہی خوب سمجھ سکتے ہیں کہ ہمارے تجربات کہاں تک صحیح ہیں) مثلاً ویراٹرون انجکشن، اسٹرکنین کاکوڈائے لیٹ اینڈ سوڈیم گلی سیروفاس فیٹ ایمپلس (انجکشن) تھی لین انجکشن۔ اور کھانے والی ادویات مثلاً ایلکزر ڈمیانا کمپونڈ، فیروڈال میٹاٹون، ایبی ڈول کیپسوں، تھائی رائیڈ گلینڈ، کولاکمپونڈ ایلکزر، آئرن اسٹرکنین اینڈ کوئی نائین ٹیبلیٹس وغیرہ۔

اسی طرح بنگال کے شہرۂ آفاق ہندوستانی دوا سازان میسرز بنگال کیمیکل اینڈ فارماسیوٹیکل وارکس لمیٹڈ کلکتہ اور میسرز بنگال ایرینٹیک کمپنی لمیٹڈ بنگال کلکتہ نے بھی مختلف انجکشن اور مختلف ادویات خوردنی اس مرض کے لئے ایجاد کی ہیں مگر اہل نظر ہی سمجھ سکتے ہیں کہ یہ ادویات کہاں تک مجرب واکسیر الاثر ہیں۔ مثلاً ریڈی ایسبے ٹیڈ مالٹ اور بائی نیوزل و بائی ایگارول لیسی دین وغیرہ وغیرہ مگر سب بے کار محض۔

اب آیئے میں آپ کو مرض رعشہ کا سو فی صدی مجرب المجرب علاج بتاؤں۔ آپ مندرجہ ذیل نسخہ فوراً تیار کروائیں اور یہ ہی محنت شاقہ و ذہنی تفکرات کی داد دیں، اور دیکھیں کہ ہمارا تجربہ کتنا وسیع ہے۔ یہ نسخہ جسے میں آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں اس کے حصول کے لئے مجھے ہزاروں روپے اطبائے بنگال اور مضافات سے مل رہے ہیں مگر میں نے ان تمام پیش کشوں کو نامنظور کر دیا۔ اور اپنا صدری جگر پارہ رفاہ عام کی خاطر چشمۂ حیات کو پیش کر رہا ہوں ؏ گر قبول افتد زہے عز و شرف"

(صفحہ) کنکول مرچ ۳ ماشہ، جوانسہ ۳ ماشہ، جوز بوا ۳ ماشہ، بسباسہ ۳ ماشہ، قرنفل گلدار ۳ ماشہ، تالیس پتر ۳ ماشہ، گل پستہ ۳ ماشہ، قشر چہار مغز تازہ ۳ ماشہ، پوست بیضہ مرغ مدبر ۳ ماشہ، اذاراقی مدبر ایک تولہ، تخم ہُرہُرہ ۳ ماشہ، گل گڑھل خشک ۳ ماشہ، گل بیدمشک خشک ۳ ماشہ، آملہ خشک منقی ۳ ماشہ، پودینہ خشک ۳ ماشہ، فلفل سفید ۳ ماشہ، فلفل سیاہ ۳ ماشہ، دارچینی قلمی ۳ ماشہ، زعفران خالص ۳ ماشہ، عودغرقی ۳ ماشہ، عودصلیب ۳ ماشہ، جندبیدستر ۳ ماشہ، مایہ شتر اعرابی ۳ ماشہ، ماہی سقنقور ۳ ماشہ، ماہی زہرج ۳ ماشہ، زہرمہرہ خطائی ۳ ماشہ، ان تمام ادویات کو خوب اچھی طرح کوٹ کر کپڑچھان کریں اس کے بعد ٹنکچر نکس وامیکا ۲ ڈرام، پٹاسیم برومائیڈ ۲ ڈرام، مغز گھیکوار ۴ تولہ اضافہ کرکے تمام ادویہ کھرل میں ڈال کر خوب حل کریں دو دن تک مسلسل کھرل کرکے سوڈیم گلی سیروفاسفیٹ کم اسٹر کنین اضافہ کرکے فوراً گھوٹیں دوا اسی وقت خشک ہوجائے گی۔ اس کی گولیاں بقدر نخود بنا کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ بس "حب اکسیر رعشہ" تیار ہیں۔

مریض رعشہ کو دن میں ۳ بار ایک ایک گولی پانی کے ہمراہ کھلائیں اور قدرت کا کرشمہ ملاحظہ فرمائیں مسلسل ایک ماہ تک استعمال کرلینے کے بعد انشاءاللہ جسم کے کسی حصہ پر کپکپاہٹ باقی نہ رہے گی اور ہر کام مریض اپنے ارادے کے مطابق کرسکے گا۔

ایم اے انصاری

(۱) جو شخص مال دینے میں سب سے زیادہ بخیل ہو وہ اپنی عزت کے دینے میں سب سے زیادہ سخی ہوتا ہے۔

(۲) دنیا میں جو چیز بہت کم ہے وہ سچائی اور امانت ہے اور جو سب سے زیادہ ہے وہ جھوٹ اور خیانت ہے۔

(۳) سب سے زیادہ مصیبت اس شخص پر ہے جس کی ہمت بلند، مروّت زیادہ اور مقدرت کم ہے۔

(۴) نااہل سے حاجت طلب کرنا موت سے زیادہ سخت ہے۔

(۵) سب سے زیادہ خوش عیش وہ شخص ہے جسے خدائے تعالیٰ قناعت، اور نیک شریک حیات (بیوی) عطا فرمائے۔

(۶) سب سے اچھا کلام وہ ہے جس کی حسن فعل تصدیق کرے۔

(۷) سب سے زیادہ فصیح و بلیغ کلام وہ ہے جو حسن اختصار پر مشتمل ہو۔

(۸) سب سے زیادہ احمق وہ شخص ہے جو دوسروں کی رذیل صفات کو تو برا سمجھے اور خود ان پر جما ہوا ہو۔

(۹) بے شک خدائے تعالیٰ کی یہ بہت ہی بڑی عظیم الشان نعمت ہے کہ کسی انسان پر گناہوں کا کرنا دشوار ہو جائے۔

(۱۰) بے شک نرم کلامی اور عام و خاص سے السلام علیکم کہنا عبادت میں داخل ہے

(۱۱) جب تم امیدیں باندھتے باندھتے دور جا پہنچو تو موت کی ناگہانہ آمد کو یاد کرو۔

(۱۲) بے شک تنگ دستی مفلس کے لئے ذلت کا باعث، عقل دور کرنے والی اور غم و فکر بڑھانے والی ہے۔

(۱۳) بے شک دلوں میں برے برے خیالات گذرتے ہیں مگر عقل سلیم انسان کو ان سے باز رکھتی ہے۔

(۱۴) بے شک دنیا اور آخرت کی مثال ایسی ہے جیسے کسی شخص کی دو بیویاں ہوں کہ جب ایک کو راضی کرتا ہے تو دوسری ناراض ہو جاتی ہے۔

(۱۵) جب عقل کامل ہو جاتی ہے تو کلام گھٹ جاتا ہے۔

(۱۶) جب کلام کم ہو جائے تو انسان اکثر صحیح بات کہتا ہے۔

(۱۷) جب تجھے خالق کا خوف آئے تو دوڑ کر اس کی بارگاہ میں پناہ لے اور جب مخلوق کا ڈر ہو تو ان سے دور بھاگ۔

(۱۸) جو حقوق تیرے نفس کے ذمہ فرض ہیں ان کے ادا کرنے کا تو خود اس سے مطالبہ کرتا کہ اوروں تقاضوں سے محفوظ ہے

(۱۹) دولت، حکومت اور مصیبت میں آدمی کی عقل کا امتحان ہوتا ہے۔

(۲۰) نیک عمل کا ثواب اس کی مشقت کے انداز پر ملتا ہے۔

(۲۱) جس شخص نے بندوں کا شکر ادا نہیں کیا وہ اللہ تعالیٰ کے شکر سے بھی عہدہ برآ نہیں ہو سکتا۔

(۲۲) آدمی کے چہرے کا حسن خدا تعالیٰ کی عمدہ عنایت ہے۔

(۲۳) کسی چیز سے اچھی طرح ناامید ہو جانا اس کی طلب میں وقت اٹھانے سے زیادہ بہتر ہے۔

(۲۴) خوشامد اور تعریف کی محبت شیطان کا نہایت مضبوط داؤ ہے۔

(۲۵) بہترین کلام وہ ہے جس سے سننے والے کو ملال اور اس کا بوجھ نہ ہو۔

(۲۶) حکمت کی بات گویا مومن کی گمشدہ چیز ہے وہ جہاں بھی اسے پاتا ہے فوراً اختیار کر لیتا ہے۔

(۲۷) ہر شخص سے اس کے فہم کے مطابق کلام کرنا چاہئے۔

(۲۸) اللہ تعالیٰ کے عذاب کا اتنا بڑا خوف رکھ کہ جو اس کے باعث اس کی رحمت سے ناامید نہ ہو جاتے اور اس کی رحمت کی امید ایسی رکھ کہ اس کی وجہ سے اس کے عذاب کا ڈر نہ بھول جائے۔

(۲۹) کمینوں کی دولت تمام مخلوق کے واسطے مصیبت ہے۔

(۳۰) آہستہ چلنا نیچی نگاہ رکھنا اور میانہ چال سے چلنا ایمان کی نشانی اور دینداری کی خوبی میں داخل ہے۔

(۳۱) پانچ چیزیں نہایت بری ہیں (۱) علماء میں بدکاری (۲) حکماء میں حرص (۳) دولت مندوں میں بخل (۴) عورتوں میں بے شرمی (۵) بوڑھوں میں زنا کی عادت۔

(۳۲) بصارت کا چلا جانا چشم بصیرت کے اندھا ہونے سے اچھا ہے۔

(۳۳) اللہ تعالیٰ اس مرد پر اپنا رحم کرے گا جو آثار قدرت میں فکر کرتا، اس سے عبرت پذیر ہوتا، سلسلۂ کائنات کو عبرت کی نگاہ سے دیکھتا، اور اس سے بصیرت حاصل کرتا ہے +

قطعات

پروفیسر ظفر تاباں

۱

اس کو محدود سمجھ بیٹھے ہیں یہ کوتاہ نظر
جس کے جلووں سے ہے یہ سب کون و مکاں آباد
توڑ دی جائیں یہ سب دیر و حرم کی قیدیں
اب ہو پابندیِ آدم سے خدا بھی آزاد

۲

یہ مندروں کے پجاری یہ مسجدوں کے امام
فریب خوردہ ہیں ان کو خدا سے کام نہیں
دلوں پہ بھیج درود و سلام اے تاباں
جو دل نہیں تو خدا کا کوئی مقام نہیں

۳

وہاں کسی کو سزا کا سبب نہیں ملتی
خدا سے خوف نہ کھا اپنے کاروبار سے ڈر
گناہگار ہیں سب کچھ گناہ کچھ بھی نہیں
گناہ سے نہ کبھی ڈر گناہگار سے ڈر

۴

یہ آبگینۂ دل مرکزِ تجلی ہے
خدا شناس کبھی دل دکھا نہیں سکتے
بنائے دیر و حرم ہم نے بارہا لیکن
دلوں کو توڑ کے پھر دل بنا نہیں سکتے

ظفر تاباں

وائرلیس کا موجد "مارکونی"

مارکونی آج کل انگلستان میں ہے اور تعطیل منانے میں مصروف ہے بہت سے لوگ تعطیل منانے کے لئے ساحل سمندر پر جاتے ہیں لیکن مارکونی کی حالت ان کے برعکس ہے وہ تختۂ جہاز پر کام کرتا ہے اور خشکی پر تعطیل مناتا ہے یہ وہ شخص ہے جس نے وائرلیس ایجاد کی ہے اس کا گھر دہی جہاز ہے جہاں کے ملاح اس سے محبت کرتے ہیں اور انہیں اس بات کا فخر ہے کہ انہیں اتنے بڑے سائنس دان کے ساتھ رہنے کا موقع ملتا ہے۔

مارکونی ایک قابل کپتان بھی ہے اور بحیرۂ قلزم میں اس کا جہاز خاص اہمیت رکھتا ہے اس کی عمر ۶۵ سال ہے۔ اس نے بین الاقوامی شہرت حاصل کرلی ہے اور مسولینی اور روم کا پاپائے اعظم اس کے ذاتی دوستوں میں سے ہیں۔ اس کے چہرے پر ہمیشہ مسکراہٹ کھیلتی ہے اور وہ اپنے آپ کو اٹلی کے بحری بیڑے کا ایک محافظ تصور کرتا ہے۔ ہم تختۂ جہاز پر گئے۔ مارکونی ابھی ابھی ریڈیو کے کمرے سے باہر آیا تھا اور تختۂ جہاز پر کرسی بچھا کر بیٹھا تھا۔ اس کی بیوی ایک انگریز عورت ہے۔ اس وقت کئی فرانسیسی بھی اس بین الاقوامی سائنس دان سے ملنے آئے، اور اس نے ان سے فرانسیسی زبان میں بات چیت کی۔ وہ بالکل صاف اور درست فرانسیسی بولتا تھا ہم ریڈیو کے راز معلوم کرنے کے لئے بیتاب تھے۔ اس کی میز پر ایک کتاب رکھی ہوئی تھی اور بعض سائنٹیفک اخبار بھی تھے پاس ہی ایک فلمی کیمرہ بھی پڑا ہوا تھا۔ مجھے معلوم ہوا کہ مارکونی بحری سفر کے دوران میں اس سے سمندر کے نظارے کی تصویریں لیا کرتا تھا۔ مارکونی بحیرۂ

قلزم میں سفر کرتا رہتا ہے - ریڈیو کی تجارت آج ساری دنیا میں پھیل گئی ہے لیکن مارکونی کو اس سے خاص دلچسپی نہیں ہے اسے شہرت سے نفرت ہے۔ اخباری رپورٹر اس کی لیبوریٹری (تجربہ گاہ) تک رسائی حاصل نہیں کرسکتا۔ اس کے چند ذاتی دوست ہی اس کے جہاز میں داخل ہو سکتے ہیں کبھی کبھی اس کا جہاز کسی ویران بندرگاہ پر جا کھڑا ہوتا ہے اور وہ ایک آدھ گھنٹے خشکی پر سیر کرتا ہے لیکن اس عرصہ میں یہ اس بات کی بڑی احتیاط کرتا ہے کہ کوئی شخص تختہ جہاز پر نہ آوے۔ اس کی بیوی اور بچے جہاز کو کم وبیش اپنے مستقل گھر کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ ابھی چند دنوں کی بات ہے کہ وہ اپنے اسسٹنٹوں کی مدد سے گمنام بندرگاہ پر ریڈیو کے متعلق خفیہ تجربہ کر رہا تھا۔ مارکونی براڈ کاسٹنگ کے موجودہ طریق سے مطمئن نہیں ہے مختلف وائرلیس سٹیشنوں کی لہروں کے مل جانے سے جو انتشار پیدا ہوتا ہے۔ اس کی وجہ سے وہ بہت زیادہ پریشان ہے۔ اس کا خیال ہے کہ وہ بہت جلد اس شور کو دور کرنے کا انتظام کرے گا جس کی وجہ سے بعض اوقات ریڈیو کی آواز سنائی نہیں دیتی۔ کئی مواقع پر وہ ساؤتھ اسپین کی بندرگاہ پر لنگر ڈال دیتا ہے۔ اور لنڈن میں اپنے لئے ہیڈ کوارٹر کا معائنہ کرتا ہے۔ حقیقی خوشی اسے اس وقت حاصل ہوتی ہے جب وہ تختۂ جہاز پر تجربات میں مصروف ہو۔ جب اسے کبھی بڑے ریڈیو دفتر میں جانا پڑتا ہے اور ڈائرکٹروں اور نیز تاجروں

کی کیمیٹی کے سامنے اپنی نئی کامیابیوں کا ذکر کرنا پڑتا ہے اس وقت وہ بہت اُداس ہوتا ہے اور حتی الوسع ایسے مواقع سے بچنے کی کوشش کرتا ہے۔ جب اسے کوئی نیا مسئلہ درپیش ہو تو وہ کئی کئی ہفتے اور مہینے اس کے حل کرنے میں صرف کر دیتا ہے اور جب کامیابی نزدیک آئے تو اس کی آنکھوں میں چمک پیدا ہو جاتی ہے۔ باہر سے اس کا جہاز عام جہازوں سے مختلف نہیں معلوم ہوتا۔ یہ اس کا بلند خوب صورت اور چلتا پھرتا محل ہے۔ اس پر دو کھمبے لگے ہیں جن کا تعلق ریڈیو سے ہے۔ جہاز میں جابجا تاریں پھیلی ہوئی ہیں۔ یہ مارکونی کی نئی ایجاد ہے اور وہ اس سے نئے معجزے کرنا چاہتا ہے۔ یہ تاریں اس تجربے کا ایک جزو ہے جو اس نے اٹلی کی ایک گمنام بندرگاہ پر حال ہی میں کئے ہیں وہ بڑا کمرہ جو عام جہازوں میں مسافروں کی نشست گاہ کے طور پر استعمال ہوتا ہے۔ اس جہاز میں اس سے لیبورٹری کا کام لیا جاتا ہے۔ نئی نئی ایجادات کے علاوہ پرانے فیشن کی وائرلیس بھی ہے جو اس نے سب سے پہلے ایجاد کی تھی۔ مارکونی اسے دیکھ کر مسکرا دیتا ہے۔ کئی سال گذرے جب کہ وہ نوجوان تھا اور شہرت آہستہ آہستہ اس کی طرف بڑھ رہی تھی اس وقت اسے اس نئی ایجاد کا خیال آیا۔ ریڈیو ابتدائی حالت میں اتنا نامکمل تھا کہ کوئی یہ یقین نہ کر سکتا تھا کہ یہ الجھے ہوئے تاروں کا مجموعہ کسی وقت سائنس کی ایک باعث فخر ایجاد میں تبدیل ہو سکے گا لیکن قدرت کو یہی منظور تھا کہ مارکونی شہرت کے آسمان پر درخشاں آفتاب بن کر چمکے۔

آخر جہازوں کی حفاظت کے نقطۂ نگاہ سے یہ ضروری سمجھا گیا کہ ہر جہاز پر وائرلیس لگا دیا جائے اور آج مارکونی کی عنایت سے ہر جہاز خواہ وہ دنیا کے کسی گوشہ میں ہو خطرہ پیش آتے ہی وہ قریبی بندرگاہ پر اپنا پیغام پہونچا دیتا ہے اور فوراً امداد حاصل کر سکتا ہے۔ جب مارکونی کو اپنے کسی نئے تجربے کا خیال آجائے تو اس کی نگاہوں میں سنجیدگی پیدا ہو جاتی ہے اور وہ یہ بھول جاتا ہے کہ اس کے دوست اس سے باتیں کرنے کے لئے گھنٹوں سے انتظار کر رہے ہیں۔ اس کی ساری توجہ اس چھوٹے سے مسئلہ کو حل کرنے میں وقف ہو جاتی ہے دوست خوش ہوں یا ناراض لیکن وائرلیس کی نئی شکل ضرور حل ہونی چاہئے۔ وہ ایک نیلی تصویر کو اپنی چھوٹی سی میز پر رکھے ہوئے غور سے دیکھتا ہے اور اس کے مہمان اس کے بیوی اور بچوں سے گپیں ہانکنے میں مصروف رہتے ہیں۔

اس کی بیوی اس کے مشاغل میں مخل نہیں ہوتی لیکن بعض اوقات اسے اس کے سلسلۂ خیالات کو توڑنا بھی پڑتا ہے اور سچ تو یہ ہے کہ مارکونی کو کوئی اور نہ بلائے تو وہ چوبیس گھنٹے بغیر کھائے پئے سوچتا رہے۔ بیوی کی مداخلت پر وہ خاص قسم کی مسکراہٹ سے کاغذات ایک طرف رکھ دیتا ہے۔ اور نہایت نفیس لہجہ میں اپنے معزز مہمانوں سے بات چیت کرتا ہے، کاروباری دنیا میں وہ بہت شرمیلا واقع ہوا ہے لیکن اپنی گھریلو زندگی میں اس کی عادت بالکل مختلف ہے وہ مکمل صحت اور مردانہ حسن کی ایک زندہ تصویر ہے۔ ریڈیو کے تازہ ترین سیٹ کے علاوہ جہاز میں اس کا فرنیچر بھی ہے جو بہت پرانے فیشن کا ہے۔ مصوّر بڑے بڑے موجدوں کی روغنی تصویریں ایجاد کرتے ہیں لیکن مارکونی کسی مصور کا ماڈل رکھ کر اس کے سامنے بیٹھنے سے گھبراتا ہے۔

جب وہ سنجیدگی کے ساتھ غور و فکر میں معروف ہوتا ہے تو بھی اس کا چہرہ سختی کا آئینہ دار نہیں ہوتا۔ البتہ اس کے لبوں سے مسکراہٹ دور ہو جاتی ہے اس میں سرگرمی بدرجہ انتہا موجود ہے اور وہ اپنی اصل عمر سے دس سال چھوٹا معلوم ہوتا ہے۔ شام کو اپنے تھکا دینے والے کام ختم کر دینے کے بعد وائرلیس کا موجد خاموشی سے بیٹھ کر وائرلیس کا گانا سنتا ہے۔ عام طور پر وہ رُوم کے براڈ کاسٹ سے زیادہ دل چسپی رکھتا ہے۔ رقص و سرود سے اسے زیادہ دل چسپی نہیں۔ اگر اٹلی کے دار الخلافہ میں ناچ یا گانا ہو رہا ہو تو وہ وائرلیس کا تار فوراً بدل دیتا ہے۔ اسے راگ زیادہ پسند ہیں۔ رات کو سونے سے پہلے وہ جہاز کے ملازمین اور اپنے نائب کو مختصر ہدایات بھی دیتا ہے۔ کچھ عرصہ گذرا جب کہ ریڈیو کے انجینیروں کی میٹنگ میں اس کا استقبال کیا گیا۔ اس جلسہ میں ایک شخص نے مارکونی سے کہا کہ لوگ آپ کی تقریر سننے کے لئے جمع نہیں ہوئے بلکہ وہ طفلانہ مسکراہٹ دیکھنے آئے ہیں جو آپ کے لبوں پر ہر وقت کھیلتی رہتی ہے۔ آج کل مارکونی بوڑھا معلوم ہوتا ہے لیکن وہ مسکراہٹ ابھی تک اس کے چہرے سے غائب نہیں ہوئی۔

دیکھنے سے وہ بظاہر ایک اطالوی انگریز معلوم ہوتا ہے اس کی ماں کی جنم بھومی آئرلینڈ میں ہے اور اس کا باپ ایک اطالوی بینکر تھا۔ یہ اپنے والدین کا دوسرا بیٹا ہے۔ اور اپنے باپ کی نسبت زیادہ مشابہ ہے نوجوانی ہی میں مارکونی اٹلی چھوڑ انگلستان آگیا تھا۔ اور وائرلیس کی پہلی ایجاد کے باعث اپنے بہت سے تجربات اس نے جزائر برطانیہ میں کئے۔ وہ لندن کو اپنا دوسرا گھر سمجھتا ہے۔ اس کا پہلا گھر اٹلی کے ایک گاؤں بولونا میں ہے لیکن وہ اپنی جنم بھومی میں بہت کم جاتا ہے۔ اس کی ابتدائی عمر روم میں گذری اور عمر کا زیادہ حصہ تختۂ جہاز پر۔ اپنے تجربات بیان کرتے ہوئے کہا کہ میری ماں نے میری بہت حوصلہ افزائی کی ہے اسے میری عقل اور میرے کام پر اعتماد تھا لیکن یہ اس وقت تک شکوک و شبہات میں مبتلا رہا جب تک مجھے پوری کامیابی نہ ہوگئی۔

مجھے بخوبی یاد ہے کہ میں نے اپنے شکی مزاج والد کو مشکل سے اس بات کا قائل کیا تھا کہ فضا میں بھی پیغام ایک جگہ سے دوسری جگہ بھیجے جا سکتے ہیں۔ میرا عقیدہ ہے کہ اگر ایک شخص خلوص دل، نیک نیتی اور مستقل مزاجی سے کوشش کرے تو ایک ناممکن کام بھی ممکن ہو جاتا ہے۔

اسقاط حمل

(از جناب حکیم محمد شمس الحق خان صاحب پرنسپل طبیہ کالج امرتسر)

مدت حمل کے اندر کسی خارجی یا داخلی سبب سے بچہ کا گر جانا جس کی کیفیت درج ذیل کی جاتی ہے۔ جنین کا تعلق رحم کے ساتھ بالکل ایسا ہے جیسا کہ پھل کا درخت سے بے طریقہ پھل خفیف صدمہ پہونچنے سے ساقط ہوجایا کرتا ہے۔ اسی طرح جنین کی سخت حرکت کرنے یا دیگر مفاد حمل طریقوں سے مضمحل ہوکر ساقط ہوجاتا ہے۔ ابتدائے اسقاط میں خفیف خفیف خون آنا شروع ہوجاتا ہے۔ گاہے اس خون کے اجرا کے بعد فوراً ہی یا چند روز کے بعد سقوط حمل میں آجاتا ہے۔ بعض وقت ایسا بھی ہوتا ہے کہ خون تھوڑا سا آکر رک جاتا ہے اور حمل ساقط نہیں ہوتا اگرچہ بچہ بہت مضمحل ہوجاتا ہے۔

علامات:۔ کمر یا پیڑو میں سخت درد ہوتا ہے جسم انتہائی ثقیل اور گراں ہوجاتا ہے آنکھوں میں سرخی یا زردی محسوس ہوتی ہے بعض وقت سر میں سخت درد کی شکایت پیدا ہوجاتی ہے اور سب سے زیادہ مستند دلیل خون کی آمد ہے۔

اسباب:۔ عارضی طور پر سقط ہونا، کودنا، حار ادویات کا استعمال کرنا مسہل، قے سخت کھانسی، کوئی بھاری چیز اٹھا لینا، اچانک ڈر جانا، غم، غصہ، اچانک خوشی، بھوک، زیادتی استفراغ، زیادہ گرم پینا، پیچش، حار غذا، کثرت جماع، سات ماہ کے بعد، موت جنین کی اصلی خلط کا رحم کی طرف گرنا، منہ کا مسترخی ہوجانا، کشادگی رحم، رحم میں مزلقہ رطوبت کا زیادہ پیدا ہوجانا ضعف رحم، ورم رحم، ریح کا رحم میں ٹھیر جانا، تیز بخار کا ہونا، ہولناک آواز کا سننا

وغیرہ۔ یہ سب وہ چیزیں ہیں جن میں سے بعض فوری طور پر اسقاط کا باعث بنتی ہیں۔ یہاں پر ہم وہ نسخہ معمولات تحریر کرتے ہیں جن کو ہم ابتدائے حمل سے شروع کر کے اختتام حمل تک استعمال کرایا کرتے ہیں۔ اور سینکڑوں موقعوں پر کامیاب ثابت ہوئے ہیں۔

یہ نسخہ ایک طرف جنین اور حاملہ عورت کی قوت کو بحال رکھتا ہے دوسری طرف ہضم میں اعانت کرتا ہے۔ صاف اور عمدہ خون پیدا کرتا ہے۔ جسم کو پر رونق اور طاقت ور بناتا ہے ضعف بدن کے لئے خاص طور پر مفید ہے (صفت) درونج عقربی ایک تولہ، دانہ ہیل ۲ تولہ، زہر مہرہ ایک تولہ، کہربا ۶ ماشہ، طباشیر کبود ایک تولہ، عود خام ایک تولہ، قلب الحجر اصلی ایک تولہ، مصطگی رومی ایک تولہ، گل ارمنی ایک تولہ، خولنجان ۶ ماشہ، دارچینی ۹ ماشہ، علیحدہ علیحدہ کوٹ کر رکھیں بارتنگ ایک تولہ، تخم گذرہ ۵ تولہ، گل بادیان ۵ تولہ، سب کو آب معتدل حسب ضرورت میں جوش دیں پس صاف کر کے سب کو حل کر کے قوام معجون تیار کریں اور ادویہ شامل کریں۔ اس کے بعد زعفران ۲ ماشہ، ورق نقرہ دس عدد، ورق طلا ۴ عدد اضافہ کریں۔ خوراک ۳ ماشہ سے ۹ ماشہ تک۔ یہ مرکب جن اوصاف کے قابل ہے ہر طرح استعمال ہو سکتی ہے یہ اعلیٰ درجہ کا بے عدیل نسخہ ہے۔ اس سے انشاء اللہ حتمی طور پر اسقاط کا ازالہ ہوگا +

مجرّبات

(از جناب پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب مٹیابُرج کلکتہ)

(۱) معجون جمشیدی جواہر والی

درونج عقربی	۳ ماشہ
جوزبوا	۳ ماشہ
بسباسہ	۳ ماشہ
قرنفل گلدار	۳ ماشہ
موصلی سفید	۳ ماشہ
بہمن سُرخ	۳ ماشہ
بہمن سفید	۳ ماشہ
بیجبند سرخ	۳ ماشہ
تخم کنوانچ	۳ ماشہ
تودری سرخ	۳ ماشہ
تودری سفید	۳ ماشہ
تودری زرد	۳ ماشہ
تخم اوٹنگن	۳ ماشہ
ثعلب مصری پنجہ	۳ ماشہ
برگ قنب	ایک تولہ
شقاقل مصری	۳ ماشہ
موصلی سیاہ	۳ ماشہ
تخم بریاں	۳ ماشہ
صمغ عربی	۳ ماشہ
صمغ ڈھاک	۳ ماشہ
مغز کنول گٹہ	۳ ماشہ
طباشیر کبود	۳ ماشہ
اسگند ناگوری	۳ ماشہ
ستاور	۳ ماشہ
تخم تالمکھانہ	۳ ماشہ
تخم اسپست	۳ ماشہ

ان تمام چیزوں کو خوب کوٹ کر کپڑے میں چھا

لیں بعدہٗ مشک خالص ۶ ماشہ
زعفران کشمیری ۶ ماشہ
کف ابابیل ۶ ماشہ
مایہ شتر اعرابی ۶ ماشہ
عقیق یمنی ۶ ماشہ
یاقوت بدخشاں ۶ ماشہ
ست سلاجیت ۶ ماشہ
عنبر اشہب ۶ ماشہ
زہر مہرہ خطائی ۶ ماشہ
مروارید ناسفتہ ۶ ماشہ
ورق طلاء ۶ ماشہ
ورق نقرہ ۶ ماشہ
زمرد اصلی ۶ ماشہ
لعل بدخشانی ۶ ماشہ
جواہر مہرہ اصلی ۶ ماشہ

ان تمام ادویات کو کھرل میں ڈال کر پندرہ یوم تک متواتر پسوائیں جب مثل سرمہ کے ہوجائے تو اس میں ایک پاٹ برائینڈی (ایکشا نمبر دن) ڈال کر خوب گھٹوائیں جب ۴ روز تک گھٹتے گھٹتے برینڈی خشک ہو جائے تو چھری سے اسے کھرچ کر رکھ چھوڑیں پہلے ایک پاؤ شہد خالص لیں اور قلعی دار پتیلی میں ڈال کر چولہے پر رکھیں جب جوش آجائے تو دودھ کے چھینٹے دے کر شہد کے میلے جھین کو کفگیر سے خوب گھوٹیں۔ بعدہٗ جواہرات والے سفوف کو ایک ایک چٹکی چھڑک چھڑک کر کفگیر سے خوب گھوٹیں جب باہم یکذات ہوجائے تو عرق گلاب و عرق کیوڑہ اضافہ کر کے آگ سے پتیلی اتار لیں جب سرد ہوجائے شیشے کے صاف بویام میں رکھ چھوڑیں۔

ترکیب استعمال:۔ صبح و شام دو دو ماشہ یہ معجون پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ نوش کریں اور خدا کی قدرت کا کرشمہ دیکھیں موجودہ سائنس کی حیرت انگیز ایجاد ہے۔ ڈھیلے اور کمزور اعصاب کو فولاد جیسی طاقت بخشنے جسم کی تمام قوتوں کو ترقی دینے، دل، دماغ، جگر، غدود اور تناسلی اعضاء کی اصلاح کرکے بجھی ہوئی روح اور مرجھائی جوانی کو بیدار کرنے،

سستی و ماندگی کو دور کرکے جسم میں چستی طبیعت میں جولانی اور قوت خاص میں دیرپا اثر و جوش و خروش پیدا کرنے میں دنیا کی بیش قیمت دوائیں بھی اس معجون کے مقابلہ میں ہیچ ثابت ہوں گی جسم کی کھوکھلی بنیاد کو از سر نو مستحکم کرکے رگ و ریشہ میں جوانی کی لہر دوڑا دیتی ہے غرضکہ حلق سے اترتے ہی اپنا عمل شروع کرکے ڈیڑھ دو گھنٹے کے اندر تمام جسم میں بجلی کی لہر دوڑا دیتی ہے۔

(۲) حب نشاط افزا و کیف آور

وجہ ترکی	۶ ماشہ
شنگرف رومی	۶ ماشہ
دار چینی قلمی	۶ ماشہ
کباب چینی	۶ ماشہ
عاقر قرحا	۶ ماشہ
قرنفل گلدار	۶ ماشہ
جند بید ستر	۶ ماشہ
درونج عقربی	۶ ماشہ
ریگ ماہی	۶ ماشہ
مشک خالص	۶ ماشہ
زعفران کشمیری	۶ ماشہ
عنبر اشہب	۶ ماشہ
گاؤ زبان	۶ ماشہ
بیر بہوٹی تازہ	۶ ماشہ
بسباسہ	۶ ماشہ
جوز بوا	۶ ماشہ

ان تمام ادویات کو کوٹ کر کپڑے میں چھا[ن] لیں بعدہٗ سوڈیم ایمائینو سلفونیل ساخت[ہ] شائی ے فریسٹر شیفر اینڈ کمپنی برمین جر[منی] ایک ڈرام اضافہ کرکے برگ تنبول بنگلہ [کے] رس میں خوب کھرل کریں جب خمیر گولیوں [کے] قابل ہوجائے تو پوری ۶-۶ ماشہ کی، اگو[لیاں] تیار کرکے خشک کریں۔

ترکیب استعمال:۔ رات کو ایک گ[ولی]

شہد خالص (چند قطرے) میں گھس کر عضوئے مخصوص پر لیپ کر دیں آدھے گھنٹے کے بعد ہی زبردست امساک ہوگا۔ اگر اسی وقت جماع کریں تو مکمل ایک گھنٹہ تک رکاوٹ رہتی ہے (میں نے یہ نسخہ ایک نواب کے لئے تیار کرایا تھا بعینہٖ حسب تعریف پایا مگر مکمل نسخے کی تیاری میں ایک سو روپے لگتے ہیں) متواتر بیس یوم استعمال کرنے سے قضیب کی جملہ شکایتیں مثلاً ٹیڑھاپن، پتلاپن، رگوں کا ابھار وغیرہ دفع ہو کر عضو تندرست اور بے عیب ہو جاتا ہے۔

(۳) سفوف کیفی مُلذذ

تخم کنواچ	۳ ماشہ
عوک کلاں خشک	۳ ماشہ
زلوئے خشک	۳ ماشہ
ریگ ماہی	۳ ماشہ
سانڈھا خشک	۳ ماشہ
سرطان خشک	۳ ماشہ
ماہی زہرج	۳ ماشہ
بیخ کنیر خشک	۳ ماشہ
گھونگچی سفید	۳ ماشہ
بیخ درخت چھوئی موئی	۶ ماشہ
مال کنگنی	۳ ماشہ
عاقرقرحا اصلی	۶ ماشہ
بیر بھوٹی	۳ ماشہ
جوزبوا	۳ ماشہ
بسباسہ	۳ ماشہ
مصطگی رومی	۳ ماشہ
وجہ ترکی	۳ ماشہ
خون مُرغ سفید خشک	۳ ماشہ
پنجال کبوتر	۳ ماشہ
قضیب ریچھ سوہن کردہ	۳ ماشہ
سم اسپ مشکی	۳ ماشہ
ناخن خرجوان	۳ ماشہ
خون چمگادڑ خشک	۳ ماشہ

جند بید ستر	۳ ماشہ
زعفران کشمیری	۳ ماشہ
کبابہ خندان	۶ ماشہ
کنجد سیاہ	۳ ماشہ
گھونگچی سرخ	۳ ماشہ
عود غرقی	۳ ماشہ
عود خام خوشبودار	۳ ماشہ
اجوائن خراسانی	۳ ماشہ
تخم اوٹنگن	۳ ماشہ
مرزنجوش	۳ ماشہ
سنبل الطیب	۳ ماشہ
عود بلساں	۳ ماشہ
زفت رومی	۳ ماشہ

ان تمام ادویات کو کوٹ کر کپڑے میں چھان لیں بعدہ - (Sodium Amino-Sulphonil) سوڈیم ایمائینو سلفونل ایک ڈرام اضافہ کرکے باہم خوب مخلوط کریں بعدہ ۳ - ۳ ماشہ کی ۲۰ پڑیاں بنا ڈالیں، (اس پورے نسخہ کی ۴۰ پڑیاں ہوں گی جو ۲ آدمیوں کا مکمل کورس ہے) دنیائے طب کی عجیب وغریب ایجاد ہے **ترکیب استعمال** ایک خوراک سفوف کسی طشتری میں ڈال کر ایک تولہ شہد خالص اضافہ کرکے انگلی سے چٹنی جیسا بنا ڈالیں اور فوراً گاڑھا گاڑھا عضو تناسل پر لیپ کر دیں اور ایک گھنٹہ تک یہ لیپ یونہی لگائے رکھیں بعدہ ایک چینی کے پیالے میں گرم پانی لیں اور اسی گرم پانی کے پیالے میں عضو تناسل لیپ لگا ہوا ڈال کر ۱۵ منٹ تک یونہی رکھے رہیں اور اس میں پیشاب کرنے کی کوشش کریں اگر پیشاب ہو جائے تو اچھا ہے ورنہ خیر۔ بعد ۱۵ منٹ کے عضو تناسل باہر نکال لیں اور مہین کپڑے سے پونچھ ڈالیں، ایک گھنٹہ بعد زبردست امساک ہوگا اور متواتر ۳ گھنٹہ تک رکاوٹ رہے گی عضو کو لوہے کی لاٹ بنا دیتا ہے ۲۰ دن کے استعمال سے عضو کی تمام خرابیاں دور ہو جاتی ہیں +

ننھے بچوں کا رکھ رکھاؤ

از جناب حکیم چودھری فضل حسین صاحب راجپوت لاہور

پیدائش سے لے کر دودھ چھڑانے کے وقت تک ننھے بچوں کو حسب ذیل تین زمانوں سے گذرنا پڑتا ہے (۱) وضع حمل کا زمانہ (۲) دودھ پینے کا زمانہ (۳) دودھ چھڑانے کا زمانہ ۔ ان ہر سہ زمانوں میں بچوں کی حفاظت میں بے حد تکالیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے اس لئے ہم صحبت امروزہ میں ان کے متعلق بعض کارآمد اور ضروری ہدایات قارئین کرام کے سامنے پیش کرتے ہیں

(۱) جس وقت بچہ پیدا ہو تو اس کے جسم کو ہوا کی سردی اور گرمی سے محفوظ رکھنے کی غرض سے مناسب حال کپڑے میں احتیاط سے محفوظ کریں چنانچہ اس کے جسم کو ہوا کی بیرونی سردی سے بچانے کی تدبیر کریں اور اس امر کی کوشش کریں کہ اس کو رحم کی حرارت کے قریب قریب گرمی پہونچے ۔ بعد ازاں آہستہ آہستہ اسے خارجی ہوا کا عادی بنا لیا جائے ۔

(۲) اس کے بعد بچے کی ناف کاٹنے کی تدابیر عمل میں لائیں اور اس کے مندرجہ ذیل دو طریقے ہیں (الف) ناف سے چار انگشت اوپر دھاگے کا بند دیں اور اس کو اوپر کی طرف سے کسی تیز قینچی یا اور تیز آلہ سے کاٹ دیں ۔

(ب) ناف کے اس حصہ کو جو مشیمہ کے ساتھ تعلق رکھتا ہے انگشت شہادت اور نر انگشت سے پکڑ کر بچہ کے شکم کی طرف سے مشیمہ کی طرف صاف کریں تاکہ جو مواد اس میں جمع ہو وہ مشیمہ کی طرف چلے جائیں پھر ایک ریشم یا سوت کے دھاگے کو روغن میں چرب کر کے دو جگہ بند لگائیں ایک بند ناف سے تین چار انگشت اوپر لگائیں اور زیادہ زور سے نہ لگائیں تاکہ بچہ کو تکلیف نہ ہو دوسرا بند اس سے ایک بالشت اوپر خوب زور سے لگائیں ۔ دوسرے بند سے ایک

دو انگشت اوپر تیز چاقو سے ناف کو کاٹ دیں۔ دھاگا زیادہ سخت اور بل دار نہ ہونا چاہیئے۔ اس سے بچے کو اذیت پہونچنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ ناف کو کاٹنے کے بعد السی کے کپڑے کو روغن زیتون میں تر کر کے ناف پر رکھیں اور مندرجہ ذیل ادویہ کو کوٹ پیس کر سرمہ کی طرح بنا لیں اور وقتاً فوقتاً اس کو بطور ذرور ناف پر چھڑکتے رہیں:۔ (صفتہ) زرد چوب، دم الاخوین، مرمکی، انزروت، زیرہ، اشنہ۔

(۱۴) اس کے بعد بچے کو نہلانا چاہیئے۔ چونکہ بچے کا جسم بے حد نرم اور لطیف ہوتا ہے اس لئے اس کو نہلانے میں نہایت احتیاط سے کام لینا چاہیئے۔ چنانچہ اس کو اس طریقہ سے تھامنا چاہیئے کہ دایہ کے بائیں بازو پر بچے کا سینہ ہو اور شکم بچہ کا علیحدہ رہے اور نہلاتے وقت دایہ بچے کے ہاتھ پاؤں کو مختلف اوضاع سے ہر طرف کو کھینچتی رہے مثلاً بچے کے دونوں ہاتھوں کو اس کی پشت کی طرف لے جا کر اس قدر کھینچے کہ دونوں ہتھیلیاں بچے کی کمر تک پہونچ جائیں اور دونوں پاؤں کو سرین تک لا کر پھر کھول دے اور اسکے جسم کو نہایت آہستگی سے ملے بچے کے نہلانے کے لئے پانی میں نمک ملا کر اس کو خوب جوش دینا چاہیئے اور اگر اس پانی میں شادنج، قسط، سماق، حلبہ وغیرہ کو جوش دے لیا جائے تو بہت مناسب ہے۔

اگر نمک کو بہت باریک پیس کر بچے کے جسم پر چھڑک دیں اور اس کو تھوڑی دیر کے لئے اس طرح کپڑے میں لپیٹ دیں اور اس کے بعد اس کو نمک کے پانی سے نہلائیں تو بھی کوئی مضائقہ نہیں لیکن نمک کے پانی میں نہلاتے وقت ان امور کا ضرور خیال رکھیں کہ پانی بچے کے منہ، ناک اور آنکھ وغیرہ میں نہ جائے۔

بعدازاں ایک کشادہ برتن میں بچے کو نیم گرم پانی سے غسل دیں اور انگشت شہادت سے بچے کے نتھنے صاف کریں۔ اس امر کا خیال ضرور رکھنا چاہیئے کہ بچے کو نہلانے سے قبل ناخن لئے گئے ہوں تاکہ بچے کو تکلیف یا جراحت نہ ہو۔ اس دوران میں سے (چھوٹی انگلی) سے بچے کی مقعد سے فضلات شکم کو صاف کر دیا جائے۔ بعدازاں بچے کی آنکھوں میں قدرے روغن زیتون لگائیں۔

(۴) غسل کے بعد بچے کو کسی ملایم اور نرم کپڑے میں رکھیں اور اس کی آنکھوں کے میل کو کسی نرم کپڑے سے صاف کر دیں اور دن میں دو تین مرتبہ اس کے مثانہ کو نہایت نرمی سے دبا کر پیشاب کو خارج کر دیں۔

(۵) تین ۴ روز کے بعد جب ناف خشک ہو کر گر جائے تو صدف کا خاکستر گائے کی پنڈلی کی ہڈی کی راکھ ذرہ ذرا اس پر چھڑکیں۔ اس سے زخم بہت جلد خشک ہو جاتا ہے۔

(۶) نوزائیدہ بچے کا مکان معتدل الھوا ہونا چاہیئے۔ البتہ اگر موسم گرما میں مائل بہ خشکی اور موسم سرما میں مائل بہ گرمی ہو تو زیادہ انسب ہے۔ روشنی اور اندھیرا اس میں معتدل ہونا چاہیئے البتہ اگر مائل بہ تاریکی ہو تو زیادہ مفید ہے نیز سخت اور ہولناک آواز سے بچہ کو محفوظ رکھیں۔

(۷) چالیس روز تک اگر بچے کو روزانہ غسل دیا جائے تو جسم کی نشو ونما میں بُرا اثر رکھتا ہے۔ (میری رائے میں مرضعہ کو یہ ہدایت کردیں کہ وہ بچہ کے ضعف وقوت پر غسل کا دارو مدار رکھے۔ نیز موسمی حالت کا ضرور لحاظ رکھا جائے۔ اگر گرمیوں میں میل و پسینہ زیادہ آئے، تو

ایک دن میں چند بار بھی غسل دے سکتے ہیں۔ اسی طرح اگر بچہ ضعیف ہو اور موسم سردی کا ہو، تو چھٹے یا ساتویں روز بچے کو نہلانا کافی ہے) گرمی کے موسم میں نہلانے کے لئے نیم گرم پانی اور سردی کے موسم میں مائل بہ گرمی پانی مناسب ہے۔

بچے کو نہلانے کا سب سے بہتر وقت وہ ہے جب کہ بچہ خوب نیند بھر کر سو کر جاگے اور ہضم کامل ختم ہو جائے یعنی صبح کا وقت زیادہ مناسب ہے۔ پس اگر بچے کے غسل کے پانی میں حنا اور حلبہ وغیرہ کو جوش دے لیا جائے تو زیادہ مناسب ہوگا۔

(۸) بچے کو ہر بار غسل کے بعد تدہین کرنا بھی مفید ہے لیکن لڑکے کو ۱۴ ماہ اور لڑکی کو آٹھ دس مہینے تک تدہین کرنا چاہئے۔ لڑکے کے واسطے روغن گاؤ، دُنبکی تازہ چربی اور لڑکی کے لئے روغن بنفشہ یا روغن بادام وغیرہ نہایت مفید ہیں۔ تیل کی مالش کرتے وقت پشت و گردن کے مہروں اور قریبی آلات و اعصاب کو خوب تر کر دیں اور ہاتھ کے انگوٹھے سے ان اعضاء کو نرم نرم مالش کریں۔ شاہ ارزانی علیہ الرحمہ نے فرمایا ہے کہ اکثر بچوں کو دیکھا گیا کہ وہ روتے روتے بیہوش ہو گئے اور دودھ پینا ترک کر دیا۔ لیکن جہاں یہ مذکورہ بالا مالش کرائی گئی تو وہ فوراً سو گئے اور خدائے تعالیٰ کے فضل سے ان کی تکلیف رفع ہو گئی۔

(۹) جب بچہ ۳ روز کا ہو جائے تو اُسے گہوارہ میں لٹا کر سُہانی آواز سے کچھ سنائیں اور گہوارہ (پالنا) کو آہستہ آہستہ حرکت دیں کیونکہ بچوں کے لئے یہ حرکات ریاضت کے قائم مقام ہیں۔ بچہ کو خواہ گہوارے میں لٹایا جائے یا مرضعہ کی گود میں ہر حالت میں بچے کا سر بلند ہونا چاہیے، تاکہ فضولات بدن اس طرف صعود نہ کر سکیں۔ علاوہ ان مندرجہ بالا ہدایات کے مرضعہ کو اپنے خورد و نوش کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔

اجوائن دیسی

یہ ہمارے ملک کی مشہور و معروف دوا ہے اسے خورد و کلاں سب لوگ جانتے پہچانتے ہیں اس کے دانے مثل خش خاش کے دانوں سے کسی قدر بڑے سونف کی شکل کے مانند ہوتے ہیں

افعال و خواص محرک وکاسر ریاح دافع تشنج و دافع تعفن اور مانع تولید و کرم و قاتل کرم جب کبھی بدن انسان کی بیرونی جلد پر اسے لگایا جائے تو اس کا اثر بہت جلد ہوجایا کرتا ہے۔ وہاں کی جلد کے دوران خون کو تیز کرتی ہے اور عروق شعریہ میں خون زیادہ آکر وہ جگہ کسی قدر سرخ ہوجاتی ہے اور پھر وہاں جلد کی رطوبت پیدا کرنے والی گلٹیاں رطوبت زیادہ پیدا کرنے لگتی ہیں۔ لہذا معلوم ہوا کہ محرک نظام دموی ہے لیکن جس جگہ اس کی تاثیر کا اثر ہوتا ہے وہاں کے عضلات اور اعصاب گوشت وغیرہ کی طرف سے دوران خون کم ہو جاتا ہے پس دافع تشنج بھی ہے گویا جلد کے واسطے محرک لیکن اس کے اندرونی اعضاء کے واسطے مسکن ہے محرک ہونے کی وجہ سے وہاں تقویت دیتی ہے اور مسکن ہونے کے باعث آرام پہنچتی ہے

محل استعمال و طریق تشنج، درد اعضاء، نفخ، بدہضمی، کرم معدہ، مرض ہچکی، اسہال سیلان رطوبات رحمی، اختناق الرحم، گندے زخم، ناک کے کیڑے، مرض ذیابیطس، عسر بول، سنگ گردہ، مثانہ، گنج، قوبا، نار فارسی، چنبل، احتباس طمث میں فوری اثر کرنے والی، بچھو، بھڑ کے کاٹنے کا شرطیہ علاج ہے۔

تمام قسم کے دردوں میں جلد پر اس کا ضماد کرنا تیل کی مالش کر دینے سے اندرونی اعضاء مثل عضلات و اعصاب میں تسکین واقع ہوجاتی ہے۔ اس لئے ہر قسم کے دردوں میں اس کا استعمال

یا مرکبات میں ڈالنا مفید ہے۔ کان درد، دانت درد، پیٹ درد، سر درد میں استعمال کر کے فائدہ حاصل کریں تشنجی امراض میں اس کا استعمال کرنا ازبس ضروری ہے۔ اس مطبوخ کو بذریعہ پچکاری رحم میں پہونچانا رحم کی تقویت و تحریک کے واسطے مفید ہے عفونت کو دور کرتا ہے اختناق الرحم میں رحم کی تشنجی حالت میں مفید پڑتا ہے ناک و کان کے اندر کرم پیدا ہو جائیں تو اس کے ہلکے تیل کا استعمال کرنا کامیاب علاج ہوا کرتا ہے۔ کرم مردہ یا بے ہوش ہو کر نکل جاتے ہیں۔ معدے کے کرموں کے لئے تیل خالص کو استعمال کرنا چاہئے اگر تیل دستیاب نہ ہو سکے تو اجوائن سفوف کردہ کو ایک تولہ سے ۲ تولہ کے وزن میں بار بار دینا شافی علاج ہے۔

لوٹ:۔ مگر یاد رہے کہ مریض کو بھوکا رکھ کر اجوائن دینی چاہئے۔ اگر کرم نکل جائیں تو حفظِ ماتقدم کے طور پر دوبارہ ان کی پیدائش سے بچنے کے لئے اجوائن کا استعمال کچھ روز جاری رکھنا چاہئے اس صورت میں اس کی مقدار خوراک کم کر دینی ضروری ہے۔

کچھ عرصہ تک اندرونی طور پر کھلانے سے مقوی معدہ بھی ہے جیسا کہ بیرونی جلد پر لگانے سے اندرونی عضلات اور اعصاب کی طرف سے دوران خون کم ہو جاتا ہے لہذا اندرونی اعضاء کے واسطے سکن ہے اور مسکن ہونے کی وجہ سے وہاں تقویت دیتی ہے۔ ٹھیک اسی طرح اس کے اندر کھلانے پر معدہ کے اندرونی پردے میں اس کے اثر سے تحریک پیدا ہو کر دوران خون تیز ہو جایا کرتا ہے۔ گویا اندرونی معدے کے عضلات اور اعصاب پر بھی اس کی تاثیر مسکن ٹھیری اور معدے کی کوئی مخالفی کی تحریک سے عضلات میں تشنج پیدا ہوتی ہے اور غشا مخاطی پر اس کا اثر محرک کے طور پر ہوتا ہے اس لئے معدے کی حرکت دوریہ بڑھ جاتی ہے اس واسطے بدہضمی اور نفخ کو سودمند ہے۔ مرض ہچکی جو کہ ایک تشنجی حالت ہے اس کو بھی مفید ہے اسی طرح آلات بول پر

حبّ جواہر

عام کمزوری کے لئے یہ استعمال کی جاتی ہے دل کی کمزوری کو دور کرتی ہے دماغ کی کمزوری میں مفید ہے معدہ اور جگر کی قوتوں کو ضعیف نہیں ہونے دیتی اور بیماری کے بعد جو کمزوری اور ناتوانی پیدا ہو جاتی ہے اسکو کمزوری اور توانائی سے بدل دیتی ہے حرارت غریزی کو جس پر انسان کی زندگی کا دارومدار ہے اس کی حفاظت کرتی ہے بالکل اصلی صحیح اوزان اور خاص احتیاط کے ساتھ تیار کی جاتی ہے ترکیب استعمال ایک ایک گولی صبح و شام کو بالائی بقدر مناسب ملا کر استعمال کریں گرم ثقیل، بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی درجن دو روپے چار آنے۔

بھی اس کا مقوی اثر ہوتا ہے اس لئے ان مفصلہ بالا امراض میں فائدہ دیتی ہے۔ نیز اس کے مطبوخ سے زخموں کا دھونا یا تیل اجوائن کو تیل میٹھا میں ملا کر زخموں پر لگانا مفید ہوتا ہے، اور جلد کو تحریک اور تقویت دے کر زخم کو مندمل کر دیتا ہے۔

مقدارِ خوراک عام طور پر ۴ ماشہ سے ۹ ماشہ تک قاتل کرم امعاء کے لئے ایک تولہ سے ۲ تولہ تک روغن ایک قطرے سے ۲ قطرے تک استعمال کریں،

مرکبات اجوائن (۱) روغن اجوائن کی اعلےٰ ترکیب تو یہ ہے کہ پہلے اس کا عرق نکالا جائے پھر عرق کے اوپر سے تیل نتھار لیا جائے۔ اس کے علاوہ پتال جنتر کے ذریعہ سے بھی تیل نکالا جا سکتا ہے۔ خوراک ایک قطرے سے ۲ قطرے تک۔

(۲) اجوائن کا زرم تیل۔ روغن اجوائن ایک حصہ، روغن کنجد ۹ حصہ باہم ملالیں یہ روغن زخموں پر لگانا اکسیر الاثری کا حکم رکھتا ہے۔

(۳) مطبوخ۔ ایک حصہ اجوائن نیم کوب کردہ، ۱۵ حصہ پانی میں نرم آگ پر پکائیں جب تیسرا حصہ پانی جل جائے تو آگ سے اتار کر رکھ لیں۔ سرد ہونے پر چھان لیں کسی مہین کپڑے سے چھانیں کیونکہ اس کی روغنیت پر ہی اس کے فائدہ کا انحصار ہے موٹے کپڑے میں روغن کپڑے کے ساتھ لگ جایا کرتا ہے۔ خوراک ایک چھٹانک سے ڈیڑھ چھٹانک تک۔

اجوائن ایک حصہ، پانی ۲۰ حصہ میں ڈال کر بدستور عرق کشید کریں جب ۱۰ حصہ عرق نکل جائے تو ختم کر دیں۔ خوراک ۲۔ تولہ سے ۵ تولہ تک۔

مطبوخ نمبر ۳ مندرجہ ذیل امراض میں استعمال کریں۔ قے، اُبکائی، ہچکی، تشنج معدہ، درد معدہ قراقر معدہ، نفخ، اروغ ترش، کمی اشتہا، بدہضمی، زیادتی ریاح، عسر البول، عسر الطمث، کرم معدہ، بندش حیض، سیلان، درد حیض، درد رحم، تشنج رحم، اختناق الرحم، درد گوش میں اس کی پچکاری کی جاتی ہے، پتھری کی وجہ سے جب مثانہ یا گردہ میں درد ہو تو اس مطبوخ کو نیم گرم حالت میں ان مقامات پر دھو دیں گندے سے گندے زخم اور منہ کی بدبو میں استعمال کریں۔

ہندوستانی غذائیں

(بسلسلۂ ما سبق)

مذکورا لصدر تحریر میں لاگت کے سوال کو خاص اہمیت دی گئی ہے لیکن لاگت ہمیشہ خاص اہمیت نہیں رکھتی کیونکہ غریب ہی نہیں ہیں جن کا خوراک کے بارے میں انتخاب مجبوراً محدود ہے اور جو لوگ خوراک کے معاملہ میں بوجہ نا واقفیت تعصب اور تنگ دلی کے تکلیف اٹھا رہے ہیں. ہندوستان اور دیگر ممالک میں بھی ایسے لوگ بکثرت موجود ہیں جو اچھی غذا کھا سکتے ہیں اور اپنے بچوں کو اچھی غذا مہیا کرنے میں خرچ کر سکتے ہیں مگر درحقیقت کرتے نہیں. متمول اور خوش حال جماعتوں کے بچوں میں بھی ایسے امراض موجود ہیں جو بوجہ کمی یا ناقص غذا پیدا ہوتی ہیں. ان اشخاص کا جو ہندوستانیوں کی غذا کو بہتر بنانے کی دھن میں لگے ہوئے ہیں ایک یہ بھی فرض ہے کہ تعلیم یافتہ طبقہ کو غذا کے متعلق تعلیم دیں.

بچوں کی پرورش

اس مضمون میں بچوں کی پرورش کے طریقوں سے مفصل بحث نہیں کی جائے گی، جن لوگوں کو بچوں کی غذائیت کے مسئلہ سے دلچسپی ہو انہیں اسی رسالے کے دوسرے مضامین کا مطالعہ کرنا چاہیئے اس بارے میں انڈین ریڈ کراس سوسائٹی کی طرف سے شائع کئے ہوئے دو رسالوں یعنی (۱) حاملہ اور دودھ پلانے والی عورتوں کی خوراک اور (۲) بچوں کا دودھ چھڑانے

اور بچوں کی غذا کے متعلق اشارات کے مطالعہ کی سفارش کی جاتی ہے تاہم یہاں بچوں کی غذا کے متعلق بعض ضروری باتوں پر زور دینا اور چند ضروری مشورے پیش کرنا فائدے سے خالی نہ ہوگا

حاملہ و دودھ پلانے والی عورتوں کی غذائی ضروریات

یہ بات خوب اچھی طرح ذہن نشین کر لینی چاہئے کہ بچے کی صحت کا دارومدار بڑی حد تک دوران حمل اور دودھ پلانے کے زمانے میں ماں کی خوراک پر ہے۔ اس مضمون کے ابتدائی حصوں میں اس بات کی طرف اشارہ کیا جا چکا ہے کہ چونکہ بچوں کو غذا پہونچانے میں ماں کی طاقت بہت زیادہ صرف ہوتی ہے اس لئے اس زمانہ میں ماں کے لئے پروٹین وٹامن یا حیاتین اور معدنیات کی ضرورت اور بڑھ جاتی ہیں حمل کے آخری مہینوں میں اور دودھ پلانے کے زمانے میں ماں اور بچے کی صحت کے لئے ماں کی غذائی ضروریات میں حسب ذیل اضافہ لازمی ہو جاتا ہے

اجزاء غذا	ضرورت میں فی صدی اضافہ
کیلوریات	۲۵ " "
پروٹین	۵۰ " "
روغن یا چکنائی	۱۰ " "
کیلسیم	۱۰۰ " "
فاس فورس	۵۰ " "
لوہا	۵۰ " "

حاملہ اور دودھ پلانے والی عورت کے لئے مختلف قسم کے وٹامن یا حیاتین کی ضرورتیں بھی بڑھ جاتی ہیں

دودھ پیتے بچوں کی غذائی ضروریات

ابھی تک ہندوستان میں دودھ پیتے بچوں کی غذا کے مسئلہ پر پوری پوری عملی تحقیقات نہیں ہوئی اس لئے صرف آزمائشی طور پر بعض سفارشات پیش کی جاسکتی ہیں مندرجہ ذیل نقشہ میں مختلف عمروں کے عام بچوں کے روزانہ کیلوریائی یا حراراتی ضروریات کا سرسری اندازہ پیش کیا جاتا ہے۔

عمر	کیلوریات جنکی بچہ کو ضرورت ہوتی ہے		
پہلا ہفتہ	۲۰۰ کیلوریات	تیسرا مہینہ	۴۵۰ کیلوریات
پہلا مہینہ	۳۵۰ کیلوریات	پانچواں مہینہ	۶۰۰ کیلوریات
دوسرا مہینہ	۴۰۰ کیلوریات	آٹھواں مہینہ	۷۰۰ کیلوریات
		بارھواں مہینہ	۸۰۰ کیلوریات

مندرجہ بالا اندازہ یورپ اور شمالی امریکہ کے بچوں کی کیلوریائی یا حراراتی ضرورت کے مقابلے میں ۲۰ سے ۰ فی صدی تک کم ہے۔ بچوں کی کیلوریائی یا حراراتی ضروریات کا اندازہ کرنے میں عام طور پر عمر اور وزن دونوں کا لحاظ رکھا جاتا ہے۔ ایک بچہ جو اپنے ہم عمروں میں اوسط سے زیادہ قدآور، وزنی، طاقت ور اور تندرست ہے۔ اسی عمر کے معمولی بچے سے زیادہ خوراک چاہتا ہے لیکن یہ ہو سکتا ہے کہ وزن کی یہ زیادتی اس وجہ سے ہو کہ ضرورت سے زیادہ خوراک ملنے کی وجہ سے چربی بڑھ گئی ہو۔ ایسی مقداریں خوراک کی مقدار گھٹا کر اسے اوسط مقدار

کے قریب سے قریب لانی ہوگی۔ ایک چھوٹے کم وزن اور دُبلے پتلے بچے کو معمولی حالت پر لانے کے لئے ایک عمدہ پرورش پائے ہوئے ہے بہت بچے سے زیادہ خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچوں کی خوراک کے اندازے کے لئے وزن کا لحاظ کیا جائے تو بچے کی غذائی ضروریات کا اندازہ وزن سے زیادہ عمر کے اعتبار سے کرنا زیادہ درست ہے۔

ماں کا دودھ

اوپر کے نقشہ میں جو کیلوریائی یا حرارائی ضروریات دی گئی ہیں ان کو بآسانی غذا میں تبدیل کیا جا سکتا ہے۔ بہت سے بچوں کی خاص غذا ماں کا دودھ ہے۔ عورت کا دودھ لئے فی اونس ۲۰ کیلوریات یا حرارے حاصل ہوتے ہیں ۲ مہینے کے ایک اوسط درجہ کے بچے کو جس کی غذا صرف ماں کا دودھ ہے دن رات میں ۵ بار چار چار اونس ہر بار کے حساب سے ۲۰ اونس دودھ کی ضرورت ہے۔ چونکہ عام طور پر عورت کے دودھ کی روزانہ مقدار ۳۰ اونس سے زیادہ نہیں ہوتی اس لئے یہ ضروری ہے کہ ۶ مہینے کے بعد کیلوریات یا حراروں کی ضروری مقدار مہیا کرنے کے لئے بچے کو دوسری ٹھوس خوراک مہیا کی جائے چونکہ ماں کے دودھ کے مقابلہ میں گائے اور دوسرے جانوروں کے دودھ کی چکنائی اور پروٹین زیادہ مشکل سے بچوں کے جزو بدن ہونے کی وجہ سے زیادہ مقدار میں ضائع ہوتا رہتا ہے۔ لہٰذا ماں کا دودھ پینے والے بچوں کے مقابلہ میں جانوروں کا دودھ پینے والے بچوں کو دودھ کی زیادہ مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔

حقائق وعبر

صدیوں کی غلامی نے ہماری ذہنیت پر ایسا پردہ ڈال دیا ہے کہ ہم کو اپنی کوئی برائی سکائی نظر ہی نہیں آتی۔ مشہور فلاسفروں کا قول ہے کہ "اس (غلام) قوم کو مُردہ سمجھو جس میں ذلت کا احساس نہ پایا جائے" گریبان میں منہ ڈال کر ایمانداری کی نگاہ سے دیکھئے کیا آج ہماری حالت اس مقولہ کے خلاف ہے؟ اور کیا ہم اپنی حاکم اقوام کی ایک ایک اچھی بُری عادت کو بغیر سوچے سمجھے دل وجان سے نہیں اختیار کر لیتے؟ خواہ زیب دے یا نہ دے ہم اس کو نباہنے میں ایڑی چوٹی کا زور لگا دیتے ہیں۔ گذشتہ ہفتہ مصر کے جامع ازہر کا ایک مختصر وفد ہندوستان کے مختلف شہروں کی سیاحت کرتا ہوا حیدرآباد دکن پہونچا تھا۔ وہاں اس کے صدر پروفیسر اعلمی نے ایک پریس کے نمائندے سے دوران ملاقات میں کہا۔

"میں اپنے دوستوں کے ساتھ جب ٹرین میں سفر کر رہا تھا تو راستہ میں ایک ہندوستانی دوست سے ملاقات ہوگئی۔ جب وہ مجھ سے انگریزی میں گفتگو کرنے لگے تو میرے مصری دوستوں کو بڑی حیرت ہوئی اور انہوں نے کہا کہ شاید ہندوستانیوں کی اپنی کوئی قومی زبان نہیں ہے۔ ہمارے ہاں مصری کالجوں میں غیر ملکی زبان پڑھائی جاتی ہے لیکن ذریعہ تعلیم عربی ہے۔ مصر کے تعلیم یافتہ باشندے عربی کے علاوہ کسی دوسری زبان میں گفتگو کرنا اپنی شان اور قومی خودداری کے منافی خیال کرتے ہیں"

کاش! مصری پروفیسر کی زبان سے نکلے ہوئے الفاظ تیر بن کر ہمارے تعلیم یافتہ لوگوں کے کلیجوں کے پار ہوجائیں۔ شاید اب بھی کچھ سے باقی ہو ہمیں اپنی قوم فروشانہ ذہنیت سے توبہ کر لینی چاہئے۔ اور جانوروں کی طرح دوسروں کی نقلیں اتارنے کی یہ بُری عادت چھوڑ دینی ہی چاہئے۔ اپنے ملک میں اپنی زبان، اپنا رسم الخط اور اپنا ہی تہذیب وتمدن رائج ہونا چاہیے۔ تاکہ ملک وقوم کی یہ منجدھار میں پھنسی ہوئی نیا پھر سے ٹھکانے لگے۔ اور ہندوستان پھر وہی قابلِ فخر ہندوستان ہوجائے جو کہ چند صدی پیشتر تھا۔

منیر احمد انصاری

کہہ رہا ہے جوشِ دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

ماہوار طبی رسالہ

چشمہ حیات دہلی

جلد (۹) | بابت ماہِ اکتوبر سنہ ۱۹۴۳ء | نمبر (۴)

حمیات اور غذا

(از جناب حکیم ڈاکٹر محمد اختر حسین صاحب انصاری)

عنوان بالا میں دو چیزیں ذکر کی گئی ہیں ایک حمیات جو کہ حمی کی جمع ہے دوسرے غذا لہذا مناسب معلوم ہوتا ہے کہ قدرے ہر دو کی تشریح کی جائے (۱) حمی یعنی بخار وہ اجنبی اور عرضی حرارت ہے جو دل سے بذریعہ عروق و شرائین و خون دار دراح بدن میں پھیلے۔ خواہ منبع حرارت قلب ہی ہو یا کوئی دوسرا عضو جہاں سے حرارت قلب میں پہونچ کر تمام بدن میں پھیل جائے۔

(۲) غذا:- ہم نہایت ایجاز و اختصار کے ساتھ محض بعذر ضرورت صرف اس قدر لکھنا کافی سمجھتے ہیں کہ جو چیز اندرون بدن خواہ کسی طریق سے داخل ہو۔ اگر وہ خون بن کر تغذیۂ بدن میں کام آئے یعنی کیلوس و کیموس بنے مستحیل الی الاخلاط ہو۔ غذائی مواد میں تبدیل ہو جائے تو یہ شے (موثر بمادہ) غذا کہلائے گی۔ کیونکہ اس کا مادہ کام آیا۔ بخلاف اس کے اگر شے کا مادہ موثر نہ ہو۔ حرارت عزیزیہ بدنی سے متاثر ہو کر مستحیل الی الاخلاط نہ ہو بلکہ مادہ خارج ہو جائے اور اس کی کیفیت اثر کرے تو یہ (موثر بکیفیۃ) شے دوا ہوگی۔

غذا اور دوا کے علاوہ تیسری چیز ذوالخاصہ ہے اس کی حقیقت یہ ہے کہ وارد و داخل بدن ہونے والی شے نہ موثر بمادۃ علی الوجہ المذکور ہو نہ موثر بکیفیۃ موجب بیان بالا ہو، بلکہ اس کی تاثیر اسی کی صورت نوعیہ کے ماتحت ہو۔ اس کے بعد ان تینوں یعنی غذا دوا اور ذوالخاصہ کی ترکیب سے اقسام حاصل ہوتے ہیں۔ مثلاً ایک شے ایسی ہوتی ہے جو بمادۃ و بکیفیت اثر کرتی ہے اس کو "غذائے دوائی" کہتے ہیں۔ اگر غذائیت غالب اور دوائے غذائی بشرطیکہ

دوائیت یعنی اجزائے موثر بکیفیت کا غلبہ ہوتا ہے کہتے ہیں علیٰ ہذا اگر کوئی شے بمادہ و بصورت عامل ہو تو اس کو غذائے ذوالخاصہ اور اگر بکیفیت و صورت مؤثر ہو تو اس کو دوائے ذوالخاصہ کے نام سے یاد کرتے ہیں وغیرہ۔

ماہرینِ علاج خوب جانتے ہیں کہ علاج حمیات میں دوا کی طرح غذا اور پرہیز کو بڑی اہمیت ہے۔ غلط غذا کا استعمال اور بد پرہیزی کا انجام کبھی اس قدر مضر ہوتا ہے کہ اس کا خمیازہ موت کی صورت میں اٹھانا پڑتا ہے۔ لہٰذا غذا کے اصول کو خوب اچھی طرح ذہن نشین رکھنا چاہیئے۔ اہم ترین اصول یہ ہے کہ سادہ بخار میں چونکہ ہر بخار کا مزاج حد یابس ہے بہتر مفرح و مسکن ارواح دافع التہاب و حرارت غذا مانند دوا کے دینا چاہیئے بصورتِ ضعفِ قلب تقویت قلب کا خیال رکھنا چاہیئے اور حسب ہضم مقدار و کیفیت میں اختیار کرنا چاہیئے۔ بایں ہمہ مزاج و عادات مریض اور دیگر حالات کی رعایت بھی بقدر امکان کرنا چاہیئے۔ اگر بخار کا سبب خلط عفن ہے تو عفونت خلط کے وقت ہمیشہ مستعد بعفونت اشیاء سے بہمہ وجوہ اجتناب کرنا چاہیئے اور خیال رکھنا چاہیئے کہ غذا خلط عفن کی مولد و ہم مزاج نہ ہو بلکہ غذا دوا کے ہم کیفیت دینا مناسب ہے۔ جاننا چاہیئے کہ غذا بمادہ لابکیفیۃ موثر ہونے کے باوجود دو طرح سے اثر کرتی کرتی ہے۔ ایک یہ ہے کہ غذا میں دوائیت یعنی اجزائے دوائیہ شامل ہوں جیسا کہ غذائے دوائی میں مذکور ہوا۔ دوسرے یہ غذا کسی خاص خلط کی جانب خاص استحالہ رکھتی ہو۔ اور غذا سے وہی خلط متولد ہو کر اپنی کیفیت ظاہر کرے۔ اگرچہ ایسی غذا کا انتساب بھی پہلی قسم کی طرف اور برعکس بھی کیا جاسکتا ہے لیکن تقریباً للفہم دونوں قسمیں خیال کرنا مناسب ہیں۔ کیونکہ مادہ

وکیفیت کے علاوہ صورت بھی خصوصیت رکھتی ہے۔ یہاں پر طول طویل مقالات کو ہم چھوڑنا ہی اچھا سمجھتے ہیں۔ خلاصہ یہ ہے کہ غذا دوا کے ہم کیفیت اور خاصیت میں مناسب ہونا چاہیے۔ چونکہ حمی عفنی کا سبب عفونت ہوتی ہے اس لئے ہر وہ غذا جو ممد عفونت یا مستعد للعفونت یا سریع الاستحالہ بجانب خلط غالب ہو، نہیں دینا چاہیئے۔ کیونکہ غلبہ خلط عفن کا ہی ہو کر باعث مرض ہے یہی وجہ ہے کہ اکثر اطباء بخار میں دودھ اور آب فواکہ کو منع کرتے ہیں اور بطور غذا نہیں دیتے یاد رہے کہ بخاروں میں بھی دودھ دیا جاتا ہے۔ اس کے چند وجوہ ہیں۔

اول یہ ہے کہ بخار کا بالطبع مزاج حار و یابس گرم خشک ہے لہذا دودھ دینے سے ترتیب مقصود ہوتی ہے۔

دوم یہ ہے دودھ دیگر اکثر غذاؤں سے لطیف، زود ہضم، مقوی، ملین اور مرغوب الطبع ہوتا ہے۔ اگر اس میں سریع الاستحالہ الی التعفن ہونے کی صلاحیت نہ ہو تو ہر اعتبار سے بہترین غذا ہے۔

تیسرے بعض ادویات ایسی ہوتی ہیں جو بے پناہ حدت کی مالک ہوتی ہیں جیسے اکثر ڈاکٹری و ویدک ادویات جن میں سمی و زہریلی دوائیں بھی شامل ہیں۔ ان ادویات کے ہمراہ اگر دودھ نہ دیا جائے تو بہت نقصان ہوتا ہے۔

ہماری رائے میں طبیب کو ہر طرح ذہین ہوشیار چالاک و تجربہ کار ہونا چاہیے۔ بخار کے مریضوں کو بالخصوص گرم بخاروں میں اگر ورم احشا نہ ہو نیز کوئی دیگر امر مانع نہ ہو، تو دودھ دینا چاہیئے مگر اس کی مضرت سے غافل نہ ہونا چاہیئے اور اس قسم کا انتظام کرنا چاہیئے۔ اور

خیال رکھنا چاہیئے کہ دودھ خود متعفن نہ ہو نیز خلط عفن کا ممد و مزید نہ ہو۔ بعینہٖ یہی حال فواکہ وآب فواکہ کا ہے کہ دافع عطش و مسکن التہاب حمٰی اور قدرتی لطیف اور زود ہضم ہیں۔ مگر بعض اوقات دہی، دودھ کی خرابیاں موجود ہوجاتی ہیں لیکن گرم وحار بخاروں میں ان اشیا سے اجتناب کرنا اچھا نہیں بشرطیکہ احشاء صدر و بطن محفوظ ہوں اور ان میں خرابی و زیادتی مرض کا خطرہ نہ ہو۔ اسی طرح آب سرد کے احکام سمجھنا چاہئیں۔ غرضیکہ دودھ، آب سرد، آب فواکہ اگر نقصان دہ ثابت نہ ہوں۔ احشاء میں ورم والم نہ ہو یا کوئی دیگر خاص امر مانع نہ ہو تو ان کے استعمال سے روکنا نہ چاہیئے کہ بہترین اشیا میں افضل یہ ہے کہ دودھ، فواکہ آب فواکہ اور آب سرد سے جس قدر ہمارے بعض اطبا ڈرتے ہیں کہ ہر بخار کی حالت میں بجائے قسم سمجھتے ہیں امر مستحسن نہیں۔ درحقیقت یہ تشخیص کی کمزوری یا تجویز کا اختلال ہے ورنہ جب ادویا رطبہ کا استعمال جائز ہے تو دودھ وغیرہ میں کیا قباحت ہے؟ لیکن زکام، نزلہ کی موجودگی میں محتاط رہنا اچھا ہے۔ جو چیز امر غذا میں مشترک النفع ہے۔ یہ ہے کہ غذا ثقیل، ردی الکیموس، مفسد ہضم نہ ہو کوشش کرنا چاہیئے۔ کہ غذا لطیف، جید الکیموس، سریع الانحدار، مرغوب الطبع اور مقوی ہو۔ نہ اس قدر لطیف کہ بلا وجہ ضعف و نقاہت مفرط لاحق ہوں کہ خطرناک غلطی ہے۔ کیونکہ طبیب معین طبیعت ہوتا ہے۔ اگر طبیعت پر ضعف لاحق ہوگیا ہو تو مرض میں قوت واشتداد یقینی ہے۔ بالخصوص امراض مزمنہ میں ازمان مرض و حالت مریض کے مطابق غذا مقوی دینا چاہیئے ہاں جس قدر زمانہ بحران قریب تر ہوتا جاتا ہے غذا میں لطافت کرنا چاہیئے

بلکہ قریب بحران میں اگر کوئی مانع اور خاص ضرورت نہ ہو تو انتہائے تقلیل غذا بلکہ منع غذا تک جائز بلکہ ضروری ہوتا ہے لیکن اگر سقوط قوت و ضعف مفرط ہو تو بوقت نوبت و بحران بھی بقدر ضرورت بوقت ضرورت غذا دی جاتی ہے۔

واضح ہو کہ تغذیۂ مریضاں میں کیا غذا دی جائے بہت اہم مسئلہ ہے۔ کب غذا دی جائے؟ یہ بھی کم اہمیت کا سوال نہیں۔ یہاں پر تین سوال پیدا ہوتے ہیں:۔ (۱) کیا غذا دی جائے؟ (۲) کب دی جائے؟ (۳) کتنی مقدار میں دی جائے؟

پہلے سوال کے متعلق لکھا جا چکا ہے کہ غذا ثقیل، ردی الکیموس، مفسد ہضم نہ ہو مثلاً دالوں میں مونگ کی دال۔ سبزی میں کدو، ترئی، چقندر، پالک، خرفہ، ٹماٹر، شلغم، گوشتوں میں بکری کا گوشت عمدہ غذائیں ہیں۔ کھچڑی اور گوشت کی یخنی بھی دی جاتی ہے۔ ساگودانہ، اراروٹ، آش جو، آب فواکہ، آب شیر، ماء الجبن وغیرہ حسب ضرورت او مصلحت کے دی جاتی ہیں۔ غلبۂ صفراویت میں آب لیموں، املی، آلو بخارا وغیرہ شامل کی جاتی ہیں لیکن پھیپھڑے اور ہوا کی نالیوں کا لحاظ رکھنا چاہیئے۔

غذا کب دی جائے؟ کے متعلق مرض و مریض اور ان کے اوقات و حالات کو مدّ نظر رکھنا پڑتا ہے۔ عام طور پر باری اور بحران کے قریب غذا نہیں دی جاتی یعنی یہ خیال رکھنا چاہیئے کہ غذا باری آنے سے پہلے منحدر و ہضم ہو جائے۔ اس قدر پیشتر غذا باری سے دینا چاہیئے اور

نہ باری کے بعد سکون و اطمینان کی حالت میں دیں۔ مریض کی اشتہا کا خیال رکھنا چاہئے، لیکن اگر مریض ناقابل برداشت بھوک میں مبتلا ہو اور سقوط قوت یا ضعف و اضمحلال کے آثار رونما ہوں تو غذا ہر وقت ہر حال میں بقدر ضرورت دی جا سکتی ہے۔

کتنی غذا دی جائے؟ اس کا انداز مقرر کرنا طبیب کی حذاقت اور دانائی پر منحصر ہے عام قاعدہ یہ ہے کہ قوت ہضم کے مطابق کماً و کیفاً غذا دینا چاہئے۔ خلاصہ یہ ہے کہ کمیت و کیفیت غذا کے اختیار میں طبیب کو قوت ہضم کا ملاحظہ کرنا چاہئے۔ جو غذا مریض کو مرغوب ہو اگر واقعی وہ پُر مضرت نہیں ہے تو منع نہیں کرنا چاہئے۔ علیٰ ہذا اگر نقصان دہ نہ ہو تو آب سرد سے بھی نہیں روکنا چاہئے کہ اکثر سمی مواد براہ پیشاب و پسینہ خارج ہوتے ہیں جن کے اندفاع کے لئے طبیعت کو پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔

کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ طبیب بغرض تحلیل و نضج مواد یا تعریق وغیرہ کے لئے گرم ادویات تجویز کرتا ہے لیکن تسکین التہاب و حرارت وغیرہ کے پیش نظر سرد اغذیہ استعمال کراتا ہے۔ ان اغراض و حالات کے مطابق غذا و دوا کا ہم مزاج ہونا ضروری نہیں۔ علیٰ ہذا کبھی اس کے برعکس دواء و غذا کا اختلاف قرین مصلحت سمجھا جاتا ہے۔ بعض مریض عادتاً ایسے ہوتے ہیں جو تاب گرسنگی (بھوک کی تاب) نہیں رکھتے اور بھوک سے بہت جلد مضمحل ہو جاتے ہیں

ایسے مریضوں میں چونکہ اضمحلال قوت کا اندیشہ ہوتا ہے اس لئے بوقت ضرورت بقدر ضرورت مناسب غذا دینا جائز ہے۔ اگرچہ باری قریب ہو یا بحران قریب ہو۔ کیونکہ سقوط قوت کا خطرہ بہت بڑا خطرہ ہے۔

بعض مریض ایسے ہوتے ہیں جو بڑی مقدار میں کھانا کھانے کے عادی ہوتے ہیں۔ اور مرض میں بھی زیادہ غذا چاہتے ہیں حالانکہ اس قدر مقدار مناسب حال نہیں۔ ان لوگوں کو غذا قلیل التغذیہ کثیر المقدار مثلاً مناسب بقولات دینا چاہئیں لیکن نزلہ وانصباب نزلہ میں ایسے بقولات وفواکہ بھی ضرور دیتے ہیں۔ خیال رکھیں۔

بعض مریض ایسے بھی ہوتے ہیں جو بالکل غذا کی خواہش نہیں رکھتے بلکہ غذا سے نفرت کرتے ہیں حالانکہ ضعف و سقوط قوت کا خطرہ ہوتا ہے۔ اکثر اوقات یہ مریض وہ ہوتے ہیں جن کو سوء مزاج معدہ وفم معدہ لاحق ہوتے ہیں۔ لہٰذا اس امر کی بڑی ضرورت ہے کہ ان کے معدہ وفم معدہ کی اصلاح اول وقت سے ملحوظ خاطر رکھی جائے اور اعضاء ملتہب اور دردناک کا التہاب والم بقدر امکان دفع کیا جائے۔ رطوبات بلغمیہ جو معدہ وفم معدہ میں ہوں ان کی اصلاح کی جائے اور ایسی غذا تجویز کی جائے جو کثیر التغذیہ قلیل المقدار مناسب حال ومزاج ہو مثلاً بیضہ نیم برشت وغیرہ۔

غذا کا سب سے اچھا وقت وہ ہے جس وقت مریض کھانا کھانے کا بحالت صحت عادی ہو۔ بشرطیکہ باری و بحران کا وقت قریب نہ ہو کہ باری اور بحران کے وقت غذا دینا کم از کم مرض کا طویل کرنا اور خطرے کا سامنا کرنا ہے خصوصاً بحران میں غذا دینا کہ اس کا انجام کبھی موت ہوتا ہے اگر مریض پابند وقت نہ ہو یا دیگر امور مانع ہوں تو غذا معتدل وقت میں امور بالا کو پیش نظر رکھتے ہوئے دینا اچھا ہے۔

واضح ہو کہ جہاں مریض کی غذا کا اہتمام ضروری ہے تو وہاں اندفاع فضولات کی دیکھ بھال بھی ضروری ہے کہ بخار کے مریضوں کا طویل احتباس بہت سے خطرناک عوارض مثلاً سرسام وغیرہ پیدا کرتا ہے۔ لہٰذا ایسے مریضوں کے بول و براز اور پسینے وغیرہ کی طرف طبیب کو ضروری متوجہ رہنا چاہیئے۔

اگر مریض کی طبیعت بحیب ہو، بھوک کی اشتہا ہو، قارورہ میں رکاوٹ نہ ہو اور حالات میں سکون ہو تو نشان صحت و تندرستی سمجھنا چاہیئے۔ سکون حالات قوت کو بحال رہنے کی صورت میں امید افزا حالات ہیں۔ وَاللہُ اَعْلَمُ بِالصَّوَاب۔

جواہر پارے

(۳۴) ہماری غیبت کرنے والے ہمارے [illegible] ہیں کہ ہم کو خراج دیتے ہیں یعنی اپنے تمام اعمال صالحہ ہمارے اعمال نامہ میں منتقل کرا دیتے ہیں۔

(۳۵) جب کوئی تم سے کوئی بات تمہاری بے آبروئی کی یا رنج دینے والی کسی شخص کی طرف سے نقل کرے تو اس کو جھڑک دو اور کہہ دو کہ تو اس سے بھی بدتر ہے کہ اس نے تو ہماری پس پشت یہ بات کہی ہے اور تو ہمارے منہ پر کہتا ہے اس نے ہم کو سنائی نہیں تھی لیکن تو نے سنا دی۔

(۳۶) وہ کیا ہی بدنصیب انسان ہے کہ جس کے دل میں خدا نے جان داروں پر رحم کرنے کی عادت پیدا نہیں کی۔

(۳۷) تیرے سب سے بڑے دشمن تیرے برے ہمنشین ہیں۔

(۳۸) تیری طلب صادق نہیں ہے جبتک کہ تو کھانے پینے کے معاملہ میں اپنے نفس پر اپنے بھائی کو ترجیح نہ دینے لگے۔

(۳۹) اگر صبر نہ ہو تو تنگ دستی یا بیماری وغیرہ ایک عذاب ہے اور اگر صبر ہو تو عزت اور کرامت۔

(۴۰) تمام خوبیوں کا مجموعہ علم سیکھنا عمل کرنا اور پھر اوروں کو سکھانا ہے۔

(۴۱) دنیا کی محبت سے خاصان خدا کو پہچاننے والی آنکھ اندھی رہتی ہے۔

(۴۲) جو خدا سے واقف ہو جاتا ہے وہ مخلوق کے سامنے متواضع ہو جاتا ہے۔

(۴۳) وعظ خالصاً للہ کر ورنہ تیرا گونگا پن ہی بہتر ہے۔

(۴۴) جس عمل میں تجھ کو حلاوت نہ آوے سمجھ کہ تو نے وہ عمل ہی نہیں کیا۔

(۴۵) جب تک تیرا اترانا اور غصہ کرنا باقی ہے اپنے آپ کو اہل علم میں نہ شمار کر۔

(۴۶) اوروں پر ہر دم نیک گمان رکھ اور اپنے نفس پر بدظن رہ۔

(۴۷) گمنامی کو پسند کر کہ اس میں ناموری کی نسبت بڑا امن ہے۔

(۴۸) تیرے جیسے ہزاروں انسانوں کو دنیا نے موٹا تازہ کیا اور پھر نگل گئی۔

(۴۹) جس نے مخلوق سے کچھ مانگا وہ خالق کے دروازے سے اندھا ہے۔

(۵۰) کفران نعمت اور خود ستائی قرب حق کی ضد ہیں۔

(۵۱) وہ رزق کی فراخی جس پر شکر نہ ہو اور وہ معاش کی تنگی جس پر صبر نہ ہو فتنہ بن جاتی ہے۔

(۵۲) تیرا کلام بتا دے گا کہ تیرے دل میں کیا ہے؟

(۵۳) شروع کرنا تیرا کام ہے اور تکمیل کرنا خدا کا۔

(۵۴) تنہا محفوظ ہے اور ہر گناہ کی تکمیل دو سے ہوتی ہے۔

(۵۵) بجز اپنی اور اپنے بال بچوں کی ضروریات کے گھر سے مت نکل۔

(۵۶) کوشش کر کہ گفتگو کی ابتدا تیری طرف سے نہ ہوا کرے اور تیرا کلام جواب بنا کرے۔

(۵۷) غیر ضروری بات کے جواب دینے سے بھی زبان کو بند رکھ۔ چہ جائے کہ تو خود فضول بات کرے۔

(۵۸) مصیبتوں کو چھپاؤ قرب حق نصیب ہوگا۔

(۵۹) مومن کے لئے دنیا دار ریاضت اور آخرت دار راحت ہے۔

(۶۰) بدگمانی کی عادت تمام فائدوں کو بند کر دیتی ہے۔

(۶۱) ایمان اصل ہے اور اعمال فرع۔ لہٰذا ایمان میں شرکت سے بچو اور اعمال میں حصیت سے۔

(۶۲) اول جہل ہوتا ہے پھر علم پھر اس پر عمل پھر عمل میں اخلاص اور پھر عمل قلبی۔

(۶۳) مستحق سائل خدا کا ہدیہ ہے جو بندے کی طرف بھیجا جاتا ہے

(۶۴) بے ادب انسان خالق اور مخلوق دونوں کا معتوب ہے۔

(۵۵) خالق کا مقرب وہی بنتا ہے جو مخلوق پر شفقت کرتا ہے۔

(۶۶) تو نفس کی تمنا پوری کرنے میں مصروف ہے اور وہ تجھ کو برباد کرنے میں۔

ام اے انصاری

کیلے کے قدرتی فوائد!

زود ہضم صحت بخش معدنیات اور وٹامنوں کا مخزن

قدرت نے جو صحت بخش اور زود ہضم خوراکیں پیدا کی ہیں ان میں سے ایک کیلا ہے۔

اگرچہ اب سے چند سال پیشتر اسے ثقیل غذا خصوصاً بچوں کے لئے دیر ہضم سمجھا جاتا تھا لیکن اب تو یہ تسلیم کر لیا گیا ہے کہ وہ بڑی مفید خوراک ہے بہت سے ڈاکٹروں کی شہادتوں سے عیاں ہے کہ کیلے میں ایسی متعدد صفات موجود ہیں جو جسم اور دماغ دونوں کو فائدہ پہونچاتی ہیں اس میں صحت بخش اجزاء، فولاد، قدرتی شیرینی اور کئی وٹامن پائے جاتے ہیں جس قدر غذائیت کیلے میں موجود ہے اس قدر بہت ہی کم پھلوں میں ہوتی ہے۔ غذا کے علاوہ دوا کے طور پر بھی وہ بیحد مفید ثابت ہو چکا ہے۔

مریض پیچش کو صحت

ڈاکٹر آر۔ اے پارکر سول سرجن کی رائے ہے۔ پکا کیلا، املی اور نمک کا مرکب پیچش کے لئے بہت موثر اور مفید دوا ہے میں نے اسے نئے اور مزمن امراض میں مبتلا مریضوں کو استعمال کرایا تو شاید ہی کسی مریض کو شفا بخشنے میں ناکام رہا۔

سیاح سٹینلی کا بیان

افریقہ کے مشہور سیاح سٹینلی نے اپنے سفرنامہ میں لکھا ہے: ساوا مبہ فرقہ کے لوگ کیلے کو لکڑی کے جنگلہ پر خشک کرکے اس کا آٹا بنانے کے ماہر ہیں۔ بچوں اور کمزور ہاضمہ والے اشخاص اور ان لوگوں کے لئے

جو معدے کی خرابیوں میں مبتلا ہوں یہ آٹا بہت مفید ہے جب میں معدہ اور آنتوں کی شکایات میں مبتلا تھا تو میری واحد غذا دودھ اور کیلے کا آٹا تھی۔

بیان کی تصدیق

جو سیڈکل افسر افریقہ میں امین پاشا کو کمک پہنچانے والی مہم میں سٹینلی کے ہمراہ رہا تھا وہ سٹینلی کے بیان کی تصدیق ان الفاظ میں کرتا ہے۔ سٹینلی وہ دلیہ صبح کے ناشتہ میں استعمال کرتا ہے جو دودھ اور کیلے کے آٹے سے تیار کیا جاتا ہے۔ وہ بہت ہلکی، نرم اور زود ہضم غذا ہے اور ارارروٹ سے بھی زیادہ خوش ذائقہ ہے اس میں غذائیت بہت زیادہ ہے۔ دو سال تک افریقہ میں ہماری غذا زیادہ تر کیلے کا آٹا ہی رہی جس سے یہ بات پایہ ثبوت کو پہونچ گئی کہ کیلا اور دودھ موزوں غذا ہے کیونکہ اس میں وہ تمام اوصاف اور خوبیاں موجود ہیں جو جسم انسانی کے نشو ونما کے لئے بہت ضروری ہیں۔

نشاستہ شکر اور سالٹ

ڈاکٹر ہمبولٹ کی رائے ہے۔ کیلے کا درخت بہت زیادہ پھول دیتا ہے کیونکہ اس میں پھل پیدا کرنے کی طاقت گیہوں سے ۱۳۳ گنا زیادہ ہے اور آلو سے ۴۴ گنا زیادہ۔ ایک پودے میں ۶ تا پندرہ گچھے لگتے ہیں اور ایک گچھے کا وزن ساٹھ، ستر بلکہ اسی پونڈ تک ہو سکتا ہے۔ گچھے کاٹتے وقت کیلوں کا رنگ سبز ہوتا ہے مگر وہ کاٹنے کے بعد بھی پکتا رہتا ہے اور جب اس کا رنگ زرد، سرخ یا سیاہی مائل ہو جائے تو وہ کھانے کے قابل ہوتا ہے۔ پکے کیلے میں نشاستہ زیادہ ہوتا ہے اور وہ نہایت لذیذ قدرتی شکروں کی شکل میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اس میں سالٹ اور فروٹ شوگر بھی زیادہ ہوتی ہے اور گنے کی شکر بھی تھوڑی مقدار میں پائی جاتی ہے۔ پکے ہوئے کیلے میں ۱/۵ شکر ہوتی ہے۔

کچا کیلا ہضم کرنا بہت مشکل ہوتا ہے اس کے کھانے سے کئی خرابیاں پیدا ہوجاتی ہیں مگر پختہ کیلا بے ضرر اور مفید پڑتا ہے۔

جراثیم سے پاک

ڈاکٹر این ہیلی مشہور ماہر علم جراثیم کی رائے ہے کہ کیلے پر موٹا قدرتی غلاف ہوتا ہے جس کے اندر مختلف بیماریوں کے جراثیم آسانی سے داخل نہیں ہوسکتے اس لئے چھلکے سے گذر کر کسی بیماری کا کیڑا نہیں پہونچ سکتا ہے اس میں نہ جراثیم داخل ہوسکتے ہیں اور نہ گرد و غبار داخل ہوسکتا ہے۔ اس لئے وہ زیادہ مفید ہوتا ہے۔ اسے کسی حالت میں اور کسی مقام پر کھانے سے کوئی نقصان نہیں ہوتا۔ وہ ارزاں ہے۔ ہر جگہ مل جاتا ہے اور بغیر آگ پر پکائے ہی کھایا بھی جاتا ہے۔

کیلے میں کیلوری

طب اور صحت جسمانی کے نقطۂ خیال سے بھی کیلا بہت مفید غذا ہے ایک پونڈ کیلے میں ۔۔۔ کیلوری ہوتی ہیں جو ایندھن کا کام دیتی ہیں اور ان کی بدولت جسم میں حرارت غریزی بڑھتی ہے۔ ایک بڑے کیلے میں ایک سو کیلوری ہوتی ہیں کیلے میں ٹھوس غذا زیادہ ہوتی ہے اور پانی کم ہوتا ہے صحت بخش شکر کی کثرت اسے زود ہضم بنا دیتی ہے جو لوگ تکان محسوس کرتے ہوں ان کے لئے کیلا بہت مفید چیز ہے۔

کیلے میں معدنیات کیلے میں حسب ذیل قدرتی چیزیں پائی جاتی ہیں۔ کیلسیم (چونا) میگنیشیم، فاس فورس، سلفر (گندھک) لوہا، تانبہ۔ اسٹابری کے بعد کیلے میں سب پھلوں سے زیادہ لوہا ہوتا ہے۔ ڈاکٹر ریچ کی رائے ہے کہ انسان کے جسم کو آیوڈین کی جو ضرورت ہوتی ہے اسے کیلا پورا کر دیتا ہے۔ اس میں پروٹین اور چربی بہت ہی کم ہوتی ہے۔ اگر اسے دودھ کے ساتھ کھایا جاوے تو غذائیت کے اعتبار سے وہ مکمل غذا بن جاتی ہے، جو جسم انسانی کی نشوونما کے لئے ہر طور سے مکمل کہی جاسکتی ہے۔

کیلے میں وٹامن وٹامن کے لحاظ سے کیلا مفید ترین پھلوں میں سے ہے کیونکہ اس میں وٹامن اے، وٹامن بی، اور وٹامن سی بکثرت پائے جاتے ہیں۔ ان کے علاوہ وٹامن ڈی، اور وٹامن ای بھی ہوتے ہیں۔ وٹامن سی کی وجہ سے کیلا دانتوں کی بیماری سکروی یعنی ماسخورہ کے دفع کرنے کے لئے نارنگی سے دوسرے درجے پر ہے۔ کیلے اور آلو کے اجزا میں جہاں تک کہ کاربوہائیڈریٹ اور معدنیات کا تعلق ہے بہت کچھ یکسانیت پائی جاتی

ہے لیکن کیلے کو ان پر یہ فوقیت حاصل ہے کہ اسے کچا کھایا جاتا ہے آلو کو پکانے سے اس کے وٹامن ضائع ہو جاتے ہیں۔ اگر کیلے کو آگ پر پکایا جائے تو بھی اس کی دافع سکروی (دافع پائیوریا) خاصیت میں کمی نہیں آتی۔

بچوں کیلئے مفید

کیلے کے نتائج بچوں کے لئے خاص طور پر مفید خیال کئے جاتے ہیں۔ پاخانہ کی بڑی آنت (کولون) میں جراثیم کی پیدائش کو روکتا ہے۔ آنتوں اور معدے کی بیماریوں کے لئے بہت مفید ہوتا ہے۔ ان دونوں اعضا کے عمل میں اس سے باقاعدگی آجاتی ہے۔ دودھ میں ملا کر کیلے کا سفوف بچوں کو دیا جائے تو زیادہ مفید ہوتا ہے۔ نیز کیلے کے استعمال سے کسی حالت میں بچے نقصان پہنچنے کا اندیشہ تو ہو ہی نہیں سکتا یہاں تک کہ ایک ہفتہ کے بچوں کو یہ خوراک بلا خوف دی جا سکتی ہے۔

ڈاکٹر ٹامس لکھتے ہیں کہ میں نے جن بچوں پر اس خوراک کا تجربہ کیا ہے وہ چھ ماہ ہی میں قد اور جسمانی حالت کے لحاظ سے دوسرے بچوں سے بڑھ گئے۔ ان کے دانت سفید چمک دار اور مضبوط ہو گئے۔ سکول جانے والے بچے کمزور اور مریل سے تھے ان کو روزمرہ دو گلاس دودھ اور دو کیلے دینے سے بہت فائدہ ہوا۔

ہر عمر کے انسان کیلئے مفید

ڈاکٹر فان نورڈن کا بیان ہے کہ زود ہضم شکروں، وٹامنوں اور معدنیات کی موجودگی کے باعث کیلا بچوں کی نشوونما کے لئے قیمتی چیز ہے۔ حرارت کے پیدا کرنے والے اجزاء، وٹامن اور معدنیات مل کر کیلے کو طاقتور غذا بنا دیتے ہیں۔ پروٹین کی کمی، نمکوں اور کاربوہائیڈریٹ کی کثرت کے باعث کیلا ان لوگوں کے لئے مفید ہے جو امراض گردہ میں مبتلا ہوں۔

کیلے کو آہستہ آہستہ اچھی طرح چبا کر منہ کے ذریعہ پانی سا بنا کر معدے میں پہنچانا چاہیے۔ اور اچھی طرح چبائے یا حل کئے بغیر حلق سے نہیں اتارنا چاہیے۔

سفوف اصل السوس

جریان منی اور مذی کے لئے بے حد مفید ہے ترکیب استعمال ۳ ماشہ یہ سفوف پاؤ بھر نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف تین آنہ پیسے (۳) ✦

چٹکلے

(۱) ترپھلے کا چورن گھی اور شہد میں ملاکر رات کو کھانے سے امراض چشم میں فائدہ کرتا ہے۔

(۲) رسوت کو عورت کے دودھ میں گھس کر صاف آنکھ میں لگانے سے آنکھوں کے بہت سے روگ دور ہو جاتے ہیں۔

(۳) نرملی پھل کو شہد میں گھس کر اس میں تھوڑا کپور ملا کر آنکھ میں لگانے سے آنکھ کے تمام امراض میں فائدہ کرتا ہے۔

(۴) پیاز کا رس نکال کر پلانے سے بچوں کے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں اگر بچوں کو بدہضمی ہو جائے تو پیاز کے رس کی ۲-۴ بوندیں پلانی چاہئیں۔

(۵) منقیٰ پیس کر گھی میں ملا کر کھانے سے عورتوں میں دودھ زیادہ ہو جاتا ہے۔

(۶) میتھی، بیخ چولائی کا رس دونوں اجزاء کو شہد میں ملا کر پینے سے عورتوں کے حیض کے امراض میں مفید ہے۔

(۷) کنول گٹہ اور بادام کا حلوا کھانا بچہ کا دیر اور مشکل سے پیدا ہونے کو مفید ہے نیز حمل سے پہلے دنوں میں خارج کرتا ہے

(۸) گرم گرم چاولوں میں گھی مٹھا ملا کر چلانے سے ہچکی آنی بند ہو جاتی ہے۔

(۹) اگر بچوں کو سردی لگ جائے، اور بار بار چھینکیں آتی ہوں تو پان میں کڑوا تیل لگا کر پھر سینک کر بچے کی چھاتی پر لگانے سے سردی جاتی رہتی ہے۔

(۱۰) دھتورے کے پتوں کو اچھی طرح کوٹ کر ہر قسم کے زخم کو صاف کر کے اس پر باندھیں چند یوم میں زخم کو آرام ہو جائے گا۔ یہ دوا آیوڈوفارم سے بھی زیادہ مفید ہے۔

(۱۱) کافور، زنجبیل، دونوں ہم وزن لے کر پیس ڈالیں اور شیشی میں محفوظ رکھیں اور جب کبھی دانت یا مسوڑوں میں درد ہو تو اس کو ملیں درد فوراً کافور ہو جائے گا۔

(۱۲) اڑد کی دال گھی میں بھون کر پھر گائے کے دودھ میں پکا کر مصری ملا کر کھانے سے قوت زیادہ ہوتی ہے۔

(۱۳) بڑھ کا دودھ اور پسی ہوئی ہلدی ملا کر منہ پر لگانے سے منہ کی جھائیاں اور داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔

(۱۴) سردی کی وجہ سے جو نزلہ واقع ہوا ہو گرم چنے سونگھنے سے جاتا رہتا ہے۔

(۱۵) کم کھانا، کم بولنا، معمولی ورزش کرتے رہنا صحت کے بیمہ کے مترادف ہے۔

کنول سفید

(از جناب حکیم عبدالمجید صاحب مولف جامع العقاقیر لاہور)

مشہور نام کنول، ہندی کنول، بنگالی پدم، سنسکرت پدم، کملا، کمالا، شت پتر، سندھی پبھم، عربی قاتل الحل، تلنگی ایرتامر ویرو، تامل امبل، انگریزی سیکرڈ لوٹس Sacred lotus لاطینی نیلمبیم سپیسی اوسم (Nelum bium) +

کنول کے تین نام پنڈریک، ورن کارک اور پاتک خصوصیت سے مشہور ہیں۔ پنڈریک برص کی ایک لاعلاج قسم کا نام ہے اور چونکہ ویدک اطبا کے نزدیک سفید کنول ہی اس کا آخری اور شافی علاج ہے اس لئے یہ اسی نام سے مشہور ہو گیا۔ ورن کارک کے معنی ہیں بدن کی بگڑی ہوئی حالت کو درست کرنے والا۔ اس نام سے بھی کنول کی خصوصیات کا پتہ چلتا ہے۔ بعض لوگ اس کو پاتکم کے نام سے بھی یاد کرتے ہیں۔

کنول ہندوستانی ہندوؤں کے نزدیک مقدس و متبرک ہے اور یہی وجہ ہے کہ دولت اور خوش بختی کی دیوی لکشمی کے حضور میں اس کی نذر گذاری جاتی ہے۔ ہندو مستورات اس کی خوب صورتی کے باعث اسے اپنے گیسوؤں میں باندھنا پسند کرتی ہیں۔ مشہور وید ششرت کی کتاب ششرت سنگھتا میں اس کا تذکرہ موجود نہیں ہے۔ ہو سکتا ہے کہ اس وقت تک کنول کے طبی فوائد معلوم نہ ہوئے ہوں (ششرت سنگھتا میں کنول کا تذکرہ موجود ہے۔ ثبوت کے لئے ادھیائی ۲۸ دیکھئے ۔ ایڈیٹر) لیکن بعض ہندوستانی روایات سے تو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ بعض مختلف بیماریوں

میں کنول کے محیر العقول معجزات دیکھ کر عوام الناس نے اسے اس بیماری کا ایک ہی علاج سمجھ لیا حتٰے کہ کنول کی پہچان اسی بیماری کے نام سے ہونے لگی۔

یہ روایت عرصہ قدیم سے چلی آتی ہے کہ ہاتھی کو جب بخار ہوتا ہے تو اس کی جان کی خیر نہیں ہوتی۔ قدیم وید اس بخار کو پنڈریک اور پاتک کے ناموں سے پکارتے تھے اور اس کا علاج سفید کنول ہی سے کیا کرتے تھے چنانچہ یہ علاج اس درجے کامیاب ثابت ہوا کہ لوگوں نے سفید کنول کو پنڈریک اور پاتک کہنا شروع کر دیا۔

یہ ہندوستان کا نہایت مشہور و معروف پھول ہے اور اکثر نہروں، تالابوں، جوہڑوں وغیرہ کے کنارے پایا جاتا ہے۔

بیان کیا جاتا ہے کہ کنول پانی میں رہتے ہوئے بھی پانی سے بیگانہ رہتا ہے۔ اس کے پتے نیلوفر کے پتوں سے پھیلاؤ میں زیادہ بڑے ہوتے ہیں۔ اس کے اندر سورج مکھی کے پھول کی طرح زرد رنگ کا زیرہ ہوتا ہے، پتے سبز سطح دھاری دار اور ریشے ابھرے ہوئے ہوتے ہیں۔ ایک خوبصورت پھول شاخ کے آخری حصے سے نمودار ہوتا ہے۔ یہ شاخ سرد پانی سے لبریز لعاب دار، مزلق اور مجوف ہوتی ہے۔

رنگت میں سفید نیلاہٹ آمیز، سفید اور کہیں ہلکی سیاہی لئے ہوئے، کنول عام طور پر بے بو ہوتا ہے مگر بعض ایسے بھی دیکھے گئے ہیں جن میں ایک خاص قسم کی بو پائی جاتی ہے۔

رنگت کے لحاظ سے کنول تین قسم کا ہوتا ہے سرخ، سفید اور نیلگوں تینوں قسم کے پھول ہندوستانیوں میں دوا کے طور پر استعمال ہوتے ہیں لیکن سفید کو زیادہ قوی العمل سمجھا جاتا ہے۔

جدید تحقیق کی رو سے کنول میں نیلمبائن (جوہر موثرہ کنول) ایلکلائڈ اور اس قسم کے دیگر اجزاء معلوم ہوئے ہیں۔ (طبع) بعض کے نزدیک درجہ دوم میں سرد خشک اور بعض اس کے خلاف کہتے ہیں۔ قول اول کو ترجیح ہے۔ (مضرت واصلاح) مثانہ کے لئے نقصان دہ ہے۔ مصری، بورہ، اور شہد وغیرہ اس کے مصلح ہیں۔ (بدل) ہر قسم کے لئے ایک قسم دوسری قسم کا بدل ہے نیز اس کی جگہ شاخ و برگ نیلوفر بھی مستعمل ہیں۔

کنول اپنی جڑ، شاخ، پھول اور پتوں سمیت دوا کار آمد ہے۔ اس کے پھول و پتوں اور پتلی شاخوں سے نکلا ہوا رس قابض، مدر صفرا، دافع بخار اور قلب کے لئے مفید ہے۔ شہد کی مکھی اس کا رس چوس کر شہد بناتی ہے جو امراض چشم میں جید النفع خیال کیا جاتا ہے۔ سر اور آنکھوں کو ٹھنڈک پہونچانے کے لئے کنول کی شاخوں کو تیل میں شامل کرتے ہیں۔ اس کی سفید قسم زہریلی جلدی امراض، حمیات اور زہروں کی تریاقیت کے اعتبار سے ایک خاص اثر رکھتی ہے۔ برص کی ہر سہ قسم سفید، سرخی مائل اور سیاہ کے لئے سفید، سرخ اور نیلگوں کنول علی الترتیب مفید و شافی علاج ہیں۔

سفید کنول کا مفرد استعمال

درد سر۔ کنول کا پھول گھس کر پیشانی پر لیپ کرنے سے درد سر رفع ہو جاتا ہے۔

روغن قوی:۔ کنول کی سبز شاخوں کو باریک پیس کر تیل میں جوش دینے سے ایسا تیل تیار ہو جاتا ہے جو بالوں پر لگانے سے دماغ اور آنکھوں کو فرحت اور ٹھنڈک بخشتا ہے۔ سالم پودے کا رس نکال کر تیل میں ملا کر استعمال کرنے سے بھی یہی فوائد ظہور پذیر ہوتے۔

بواسیر۔ اس کی جڑ کی لیس دار رطوبت بواسیر و شقاق المقعد کے لئے مفید ہے۔

امراض جلد:۔ اس کے بیج جلدی امراض، پھوڑے پھنسیوں وغیرہ میں بے حد مفید ثابت ہوتے ہیں۔

خونی بواسیر:- اس کے پھول، شہد، شکر تری اور مکھن میں ملا کر مریض کو کھلانے سے بواسیر کا خون آنا بند ہو جاتا ہے۔

کثرت طمث:- اس کی کلیاں، نمک، سونٹھ، ملیٹھی، دہی اور کالے زیرے کے ہمراہ شہد میں آمیز کرکے دینا بدرجہ غایت فائدہ بخش ہے۔

زہروں کے لئے تریاق:- سفید کنول کے ۲ تولے پتے لے کر اس میں آٹھواں حصہ مرچ سیاہ کا سفوف شامل کریں۔ مارگزیدہ کو کھلائیں اور مارگزیدہ مقام پر لگائیں۔ تریاق ثابت ہوگا۔

برص:- کنول سفید کے پھول کا زیرہ سایہ میں خشک کرکے سفوف بنالیں ایک تولہ صبح و شام پانی کے ہمراہ کچھ مدت کھانے سے برص کا نام و نشان نہیں رہتا۔

کانچ نکلنا:- کنول کے سبز پتے گھوٹ کر اس میں مصری ملا کر استعمال کرنا کانچ نکلنے کو مفید ہے

ویدک مرکبات و مجربات

اُت پلادی:- کنول ہر سہ قسم لے کر سفوف بنالیں پھر اس میں ہموزن ملیٹھی ملالیں، اس میں سے ۲ تولہ سفوف لے کر جوشاندہ بنالیں۔ پیاس کو رفع کرتا ہے اور اندرونی اعضا سے جریان خون کو روکتا ہے۔ سوزش بدن کو کم کرتا ہے اور قے آنے کو روکتا ہے۔ استریوں اور دوران حمل میں رحم سے جریان خون کو روکتا ہے۔

اشوک ارشٹ:- ۵ سیر اشوک (آسا پالا) کو ۲۴ سیر پانی میں پکائیں۔ جب چوتھائی حصہ یعنی ۶ سیر پانی باقی رہ جائے تو چولہے سے نیچے اُتار کر مل چھان لیں۔ پونے ۱۲ چھٹانک گل

دھاوا اور ۵ سیر گڑ اضافہ کریں۔ پھر زیرہ سفید، زیرہ سیاہ، دار بلد، سونٹھ، ناگر موتھا، کنول، ترپھلہ (ہلیلہ، بلیلہ، آملہ) بانسہ (اڑوسہ) مغز حشتہ، انبہ، ہر ایک ۴ تولے، لے کر باریک پیس کر شامل کریں۔ اس کے بعد ان تمام ادویہ کو ایک مٹی کے برتن میں ایک مہینہ تک پڑا رہنے دیں۔ ایک مہینے کے بعد چھان کر بوتلوں میں بھر لیں۔

مریض کو ہر روز بمقدار ۴ تولہ صبح کے وقت پلائیں۔ استحاضہ یعنی کثرت حیض، سیلان الرحم اور بے قاعدگی حیض اسقاط حمل اور جریان کے لئے بے حد نافع ہے اس کے استعمال سے حیض باقاعدہ آنے لگتا ہے رحم میں قوت پیدا ہوتی ہے۔ کثرت طمث اور سیلان و جریان کو روکتا ہے۔

خیال رکھیں کہ دوا میں ترشی پیدا نہ ہونے پائے بعض اوقات مہینہ بھر پڑا رہنے سے ترشی پیدا ہو جاتی ہے اس لئے مہینہ سے پہلے بھی استعمال کریں تو حرج نہیں۔ روزانہ برتن سے کان لگا کر جوش کی آواز سنتے رہیں جب تک برتن سے سنسناہٹ کی آواز آتی رہے پڑا رہنے دیں۔ جب بند ہو جائے تو دوا تیار ہے۔ استعمال کریں۔

دردِ شقیقہ:۔ سفید کنول کی نرم شاخیں اور کلیاں ایک تولہ، صندل سرخ ایک تولہ، دونوں کو پانی میں ڈال کر گاڑھا لیپ بنائیں۔ دردِ شقیقہ میں نہایت مفید ہے۔ کن پٹی اور پیشانی پر لگانا آدھے سر کے درد کو نافع ہے۔

کنول آدی چورن:۔ کافور (بھیم سینی) ناگ کیسر، بال چھڑ، پیپل، تگر (اسارون)۔ سگند (نیتر بالا) کنکول، صندل سفید، اگر سیاہ (عود) دار چینی، لونگ، الائچی خورد، خس، طباشیر، زیرہ سیاہ کشمیری، سونٹھ، جائفل اور نیلا کنول، مساوی الوزن لے کر باریک پیس لیں اور دواؤں سے نصف مقدار میں مصری لے کر ملا دیں۔ چورن تیار ہے۔

۲ سے ۵ ماشہ تک مناسب بدرقہ کے ساتھ مثلاً قلب کی تقویت کے لئے عرق بید مشک

کے ہمراہ۔ اسہال بند کرنے کے لئے چھاچھ کے ہمراہ۔ ہاضمہ کے لئے عرق بادیان میں استعمال کرائیں،
ہاضم اور مقوی باہ ہے دل اور جگر کو تقویت دیتا ہے، بھوک لگاتا ہے، اسہال کو روکتا
ہے اور اس کے علاوہ کئی امراض میں مفید ہے۔

کنول آر بند و آسو۔ کمبھاری کے پھل، نیلوفر، مجیٹھ، خس، کنول، موتھ، اننت مول،
الائچی خورد، ورچ، آنولہ، کچور، رشیا ما، حب النیل، پھول ابتر، شاہترہ، ارجن چھال، گل مہوا، ملٹھی،
مرچ، ہر ایک ۴ تولے لے کر باریک پیس لیں منقیٰ انار، گل دھاوا، ۶۴ تولے، کھانڈ ۵ سیر، شہد
۲۰ سیر، پانی ۲۵ سیر پختہ، ایک مٹکے میں ڈال کر بطریق معمول آسو تیار کریں۔ یہ آسو بچوں کے لئے
امرت سے بڑھ کر ہے۔ اس سے بل اگنی اور شریر پشٹی پیدا ہوتی ہے۔ گرہ دوش دور ہوتا ہے۔ اور
بچوں کے کئی عام امراض دفع ہوتے ہیں۔

ضماد حمرہ:۔ چندن سرخ، نیلوفر، خس، پدماکھ، مجیٹھ، ملٹھی، سب کو دودھ میں پیس کر
ضماد کرنا معزاوی حمرے کو بہت جلد فائدہ بخشتا ہے۔

ضماد دردسر:۔ اویم سے سوملی میں کنول کے پھول گھس کر پیشانی پر لیپ کریں اور اسی
کو سونگھیں دردسر کے لئے مفید ہے +

معلومات

دماغی سکون اور خوشی

دماغی سکون، دماغی مسرت، دماغی اطمینان، سب کے سب جسمانی صحت کے اجزا ہیں۔ ہمارے دل کے بعض جذبات مثلاً نفرت اور محبت ہمارے لئے تقویت بخش ہیں۔ اور چند دوسرے جذبات مثلاً حسد، غصہ، افسوس وغیرہ روح کو نقصان پہونچاتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ہمارا دماغ اور ہمارا جسم دونوں ہمارے ماحول سے مانوس اور اس کے لئے موزوں ہونے چاہئیں جس طرح کہ بڑی بڑی عضلاتی ورزشوں کے لئے جسم کو مشق کر کے سدھا لیا جاتا ہے اسی طرح دل پر بھی اس قسم کا قابو حاصل کیا جا سکتا ہے کہ حالات کا اثر ہمارے منشا کے مطابق قبول کرے۔ زندگی کے اندر کوئی حقیقی کامیابی حاصل کرنا اسی وقت ممکن ہے کہ ہم اپنے مقصود کی خاطر اپنی ہستی کو قربان کر دیں۔ انسان کے جسم اور دماغ میں جس قدر صلاحیت اور استعداد ہے اس کے کمال یا انتہا تک کوئی انسان اس وقت تک نہیں پہونچا ہے جب تک کہ اس نے یہ نہ سیکھ لیا ہو کہ ضرورت کے وقت اپنی پوشیدہ طاقتوں سے کس طرح کام لیا جاتا ہے؟

حاملہ کی غذا کا اثر جنین پر

غالباً یہ صحیح ہے کہ اب زچہ و بچہ کا علاج کرنے والے مخصوص ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ ہم جنین کی جسامت کو بڑھنے سے روک سکتے ہیں۔ اس کی ترکیب یہ ہے کہ حاملہ کی غذا میں حمل کے آخری ۳ ماہ کے دوران

میں شکر اور شکر بنانے والی غذاؤں یعنی نشاستے کا جزو کم کر دیا جائے۔ اسی طرح اس کو پانی بھی کم مقدار میں پلایا جائے۔ اس بات کی احتیاط ہے کہ شکر یا پانی کا جزو غذا میں اس حد تک کم نہ ہو جائے کہ حاملہ کے اپنے جسم کی ضرورتیں بھی پوری نہ ہو سکیں۔ اس قسم کی تقلیلِ غذا کا اثر جنین کے قد کی لمبائی کی طرف نہیں پڑتا اور نہ اس کے سر کی جسامت میں کمی آتی ہے۔ یہ چیزیں تو غالباً بچے کو والدین سے ورثہ میں ملتی ہیں۔ بچے کا وزن اور بچے کی بہت ہی اہم چیزیں ہیں کیونکہ اکثر وضع حمل کے وقت بچے کی جسامت ہی دشواریاں پیدا کر دیتی ہے خصوصاً جب ہڈیاں موٹی ہوں

نمک کے فوائد

ایسا ہو سکتا ہے کہ بعض آدمی اپنی خوراک میں نمک کا استعمال کم کریں، لیکن جب پانی زیادہ پیا جائے گا تو نمک کا استعمال لازمی ہو جائے گا۔ سبب یہ ہے کہ خالص پانی کو گردے پیشاب کی شکل میں خارج نہیں کر سکتے۔ اس لئے جب پسینہ آنے کی وجہ سے یا کسی اور وجہ سے پانی زیادہ مقدار میں پیا جاتا ہے تو اسے جسم سے خارج کرنے کے لئے گردے اس بات پر مجبور ہوتے ہیں کہ خون کے اندر سے سوڈیم کی اور کلورین کی ایک کافی مقدار کھینچ لیں اور پھر اس کمی کو نمک کے ذریعہ سے پورا کیا جاتا ہے۔ کیونکہ نمک درحقیقت سوڈیم اور کلورین ہی کا مرکب ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جو لوگ بیر شراب (جو کی شراب) کثرت سے پیتے ہیں، انہیں نمکین چیزوں کے استعمال کی بے انتہا خواہش ہوتی ہے کیونکہ بیر کے اثر سے پیشاب بکثرت آتا ہے اور خون میں سوڈیم اور کلورین کی مقدار کم رہ جاتی ہے۔ ایسی جسمانی ورزشوں سے کہ جن

جو پسینہ کیلئے معلوم نمک کی مقدار خارج ہو جاتا ہے۔ اس سے گرم ملکوں میں نمک کا
زیادہ استعمال زندگی کی ایک ضرورت ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ گرمی یا لو کے اثر سے تشنج کے جو
دورے ہونے لگتے ہیں وہ مریض کو نمک کا استعمال کرانے سے فوراً جاتے رہتے ہیں۔

ضعف معدہ اور زود ہضم غذائیں

سویڈن میں ۷ ہزار آدمیوں پر نہایت تفصیل کے ساتھ طبی تحقیقات کی گئی اور طبی نقطۂ نگاہ سے ان اشخاص کی زندگی کے ہر پہلو کا حال قلمبند کیا گیا۔ ان لوگوں کو زیادہ تر غذا میں چھنا ہوا یا صاف آٹا اور صاف کی ہوئی کھانے کے قابل چیزیں، تھوڑا دودھ، تھوڑے آلو، اور کسی قدر مکھن دیا جاتا تھا۔ ڈاکٹروں نے تحقیقات سے معلوم کیا کہ یہ غذائیں جو بہت زیادہ زود ہضم تھیں معدہ اور فضلہ خارج کرنے والے اعضا کی سستی و اضمحلال کا باعث بن گئیں۔ انہوں نے تحقیقات سے معلوم کیا کہ جو لوگ اس قسم کی ہلکی اور بہت صاف و زود ہضم غذاؤں پر رہتے ہیں وہ خطرے کی حالت میں ہیں اور اس طرح معدی رطوبات پیدا کرنے والی قوت سے محروم رہ جاتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بہت سی معدے اور آنتوں کی خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں جن کے ساتھ نہایت سخت قبض اور پیچش و اسہال کے عوارض اور لاحق ہو جاتے ہیں۔

عام طور سے مذکورہ بالا امراض میں مبتلا ہونے والے لوگ نہایت ہلکی اور زود ہضم غذا کی طرف راغب ہوتے ہیں یا کئے جاتے ہیں۔ مگر جدید تحقیقات سے معلوم ہوتا ہے کہ اس نوع کا اقدام کرنا مزید خرابی کو دعوت دینا ہے۔ جلد ہضم ہو جانے کی وجہ سے ایسی غذا بار بار کھانا پڑتی ہے جس کا

نتیجہ مرض سوء ہضم کی صورت میں نمودار ہونا لازمی ہے۔

حالتِ بخار میں کامل آرام

بخار اپنی حدود کے اندر ایک نفع رساں علامت ہے جبکہ جسم بیماری کے جراثیم کے حملے کا مقابلہ کر رہا ہو۔ ڈاکٹر پیلاٹو جنہوں نے بخاروں کے متعلق ایک مضمون میں لکھا ہے لیکن بخار کے خراب اثرات لازمی طور پر اس وقت سے کم پیش نہیں ہوتے کہ جو بخار کا درجہ حرارت ہے ہلکے سے بخار کا مطلب ضروری نہیں ہے کہ یہ ہمیشہ کوئی خطرناک بات نہیں ہے۔ خواہ کتنی ہی تھوڑی حرارت ہو لیکن مریض کو بستر پر لیٹا رہنا ضروری ہے کیونکہ اس طرح قدرت کو موقع ملتا ہے کہ آسانی کے ساتھ سبب مرض کو دور کر سکے

سوڈے کا استعمال مضرِ صحت ہے

سوڈے کا بکثرت استعمال اب بہت ہی عام ہو گیا ہے اور عام خیال یہ ہے کہ اس سے کوئی نقصان نہیں ہوتا بیکاربونیٹ آف سوڈا تیزابوں کو بے اثر بنانے کے لئے استعمال کیا جاتا تھا جن کے متعلق یہ اعتقاد تھا کہ معدے میں جمع رہتے ہیں لیکن موجودہ زمانے میں وہ دوا کے ایسے مریض کی کیفیت رفع کرنے کی غرض سے استعمال کیا جاتا ہے جس کا صاف طور پر یہ مطلب ہے کہ خون اور جسم کی بافتوں کی رطوبتوں میں بکثرت تیزاب جمع ہو گیا ہے۔ اس حالت کی بدولت جسم میں مرض کے مقابلے کی طاقت کم ہو جاتی ہے۔ بیماریوں کے تعدیہ قبول کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔ اور بالعموم اس کے ہمراہ درد سر ہوتا ہے اور نزلہ زکام وغیرہ کا اثر قبول کرنے پر جسم آمادہ رہتا ہے۔ اس کے علاوہ مستقل طور پر کیفیات رونما ہو جاتی ہیں جنہیں سوء ہضم کے نام سے تعبیر کیا جاتا ہے۔

مجربات

(از جناب حکیم محمد شمس الحق خاں صاحب پرنسپل طبیہ کالج امرتسر)

(۱) ضعف قلب و اختلاج قلب

جحر القلب ۲ تولہ کو
عرق گلاب ۵ تولہ
عرق بید مشک ۵ تولہ

میں ۲۰ بار غوطہ دیں جب تمام عرق خشک ہو جائے تو حفاظت سے رکھیں اس میں سے ایک ماشہ صبح و شام ہمراہ شیر گاؤ یا شربت بادام کے کھانا اعلیٰ درجہ کا مقوی قلب و بدن ہے، نیز جملہ امراض نسواں سیلان الرحم و جریان و احتلام کو دور کرتا ہے اس کے مسلسل استعمال سے عقر کا ازالہ ہو کر ویران گھر آباد ہو جاتا ہے۔

(۲) اکسیر سوزاک کہنہ و جدید

خشت کہنہ ایک تولہ
چاہ ست سلاجیت ایک تولہ
بہروزہ مصفےٰ ایک تولہ
ست لوبان ایک تولہ
طباشیر ایک تولہ
الائچی خورد ایک تولہ
کہربا ایک تولہ
سوڈا خوردنی ایک تولہ
کشتہ قلعی ۹ ماشے
جوکھار ۲ تولے
قلمی شورہ ۲ تولے

سب کا سفوف بنا کر ۲ ماشے صبح و شام ہمراہ شربت بزوری کے کھانا اعلیٰ درجہ کا مفید اور مجرب نسخہ ہے سوزاک کہنہ اور جدید کا حکمی موثر بلا دقت علاج ہے۔

(۳) طلائے اکسیر شمسی

نامردی، کمزوری، سستی، استرخاء جو جلق یا کثرت جماع وغیرہ سے پیدا ہو ہفتہ عشرہ میں اس سے طوالت وغیرہ بھی حاصل ہوتی ہے

ریگ ماہی	ایک تولہ
ماہی سقنقور	ایک تولہ
زنو خشک	ایک تولہ
خراطین	ایک تولہ
عقرقرحا	ایک تولہ
جند بیدستر	ایک تولہ
جلوتری	ایک تولہ
دارچینی	ایک تولہ
جوز ماثل	ایک تولہ
چربی شیر	۱۰ تولہ
چربی ریچھ	۱۰ تولہ
چربی سانڈہ	۱۰ تولہ
سم الفار سیاہ	۹ ماشے
ہڑتال ورقی	۹ ماشے
شنگرف رومی	۹ ماشے
سیماب	۹ ماشے
گندھک آملہ سار	۹ ماشے

جملہ ادویات کو یکجان کر کے طلا تیار کریں۔ خشفہ اور سیون چھوڑ کر لگانا منقلب القوی ہے اور بے عدیل ہے۔

(۴) سفوف مقوی معدہ

نمک سیاہ	۵ تولہ
نمک سانبھر	۵ تولے
نمک لاہوری	۵ تولے
نمک کھاری	۵ تولے
نوشادر	۵ تولے
لونگ	۰.۲ تولے
مرچ سیاہ	۰.۲ تولے
زیرہ سفید	۰.۲ تولے
زیرہ سیاہ	۰.۲ تولے

سونٹھ	۶ ماشے
اجوائن	۲۰ تولے
تج کھار	۲۰ تولے
ہینگ	۴ ماشے
پیپرمنٹ	۵ ماشے
برگ پودینہ	۱۰ تولے
گندھک آملہ سار	۵ تولے
گل سرخ	۱۰ تولے
گل دھار	۶ تولے
ست لیموں	۷ تولے

ان سب کو کوٹ کر باریک کریں اور شیشی میں بند کر کے رکھیں۔ خوراک:۔ ۴ رتی سے ۲ ماشہ تک ہمراہ مناسب بدرقہ۔ فوائد۔ ہر قسم کے دردسر، درد معدہ، بدہضمی، کھٹی ڈکاریں آنا، نفخ، قراقر، قبض، بکی اشتہا، تبخیر معدہ، قے، متلی، کمزوری ہاضمہ، سمیت غذا، استرخاء معدی (ڈھولی) کے لئے لاثانی ہے۔ ساتھ ہی خوشبودار ہے۔

(۵) تریاق گردہ ومثانہ

دردگردہ ومثانہ اور ذیابطیس وغیرہ کا مجرب نسخہ ہے ضرورت مند حضرات تیار کریں۔

فل فل سیاہ	شلجم
نمک	خاکستر
عقرب	پتہ ڈھرو چھلی

مساوی الوزن کا سفوف بنا کر بقدر دانہ نخود گولیاں بنائیں ۲ گولیاں صبح وشام اور حالت مرض میں دیں۔ ہمراہ شربت بزوری۔

(۶) برائے اختناق الرحم

حجر القلب	۵ تولہ

کو آب گندم میں خوب کھرل کریں جب تمام پانی خشک ہو جائے تو حفاظت سے رکھیں۔ حالت مرض وحالت افاقہ مرض میں عرق بید مشک، عرق کیوڑہ سے ۲ بار پلائیں۔ جنتی اور کمزوری دل، ورم رحم، سیلان الرحم اور جریان وغیرہ کا انشاء اللہ تعالیٰ ازالہ ہوگا۔

غدودوں کا تعلق حسن سے

تھوڑے دنوں سے دروں افراز غدودوں کے متعلق جو انسانی تندرستی اور انسانی عمر پر بہت نمایاں طور پر اثر انداز ہوتے ہیں بہت زور شور کے ساتھ تحقیقات ہو رہی ہے۔ اس میں ذرا سا بھی شک نہیں کہ بعض دروں افراز غدود مردوں اور عورتوں کی صحت اور ان کے حسن پر بہت کافی اثر ڈالتے ہیں۔ ان غدودوں کے کام کو زندگی کے ساز سے تشبیہ دی جا سکتی ہے۔ اگر یہ تمام غدود ہم آہنگی کے ساتھ کام کریں تو انسان صحت اور خوب صورتی میں کامل ہو جاتا ہے اس کے برعکس اگر ان میں سے ایک بھی بے سُرا ہو جاتا ہے تو پھر نہ صحت باقی رہتی ہے نہ خوب صورتی۔ بعض لوگوں میں غدہ نخامیہ (پیچوئٹری گلینڈ) کے زیادتی فعل کی وجہ سے پیر بڑے بڑے ہو جاتے ہیں، ناک بے ڈھنگی اور موٹی ہو جاتی ہے۔ لیکن یہی غدہ اگر اچھی طرح کام نہ کرے تو لوگ بونے اور مختصر قد و قامت کے ہو جاتے ہیں۔

اگر غدہ تیموسیہ (تھائمس گلینڈ) صحت کار پر مائل ہو جائے تو انسان کا چہرہ بارونق ہو جاتا ہے۔ جلد کی رنگت کا تعلق "غدہ فوق الکلیہ" (ایڈرینل گلینڈ) سے ہے۔ مرض ایڈیسن میں یہی ایڈرینل غدود خراب ہو جاتے ہیں اور اس کی وجہ سے بدن کی جلد شروع میں پیلی اور بعد میں تانبے کے رنگ کی مائل بہ زردی ہو جاتی ہے۔ جلد کی بافت اور اس کی دوسری خصوصیات پر بھی دروں افراز غدودوں کا بہت اثر پڑتا ہے۔ اگر ان غدودوں کا فعل صحیح اور متوازن ہو تو جلد کی

کھال تنی ہوئی اور چست و تندرست ہوتی ہے۔ جن لوگوں میں غدہ درقیہ (تھائرائڈ گلینڈ) کا فعل صحیح نہیں رہتا۔ ان کی کھال میں جھریاں پڑجاتی ہیں اور نوجوانی میں بھی بڑھاپے کے سے آثار نمودار ہوجاتے ہیں کھال کی نرمی اور لچک کا انحصار زیادہ تر غدۂ درقیہ ہی پر ہے۔

خوش نما اور چمک دار دانت اس بات کی علامت ہیں کہ درون افراز غدودوں کا فعل صحیح اور متوازن ہے۔ جن لوگوں کے جسم میں غدہ درقیہ تن درست ہو اُن کے دانت خوب صورت اور موتیوں کی طرح آب دار ہوتے ہیں۔ کسی دانتوں کے معالج سے اگر آپ دریافت کریں تو معلوم ہوگا کہ عموماً ایسے دانت جو جلد ٹوٹ جائیں یا سڑنے لگیں غدہ درقیہ جانبی کی خرابی فعل کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ جن لوگوں کے دانت بڑے بڑے اور آگے کو نکلے ہوئے ہوتے ہیں۔ ان کے جسم میں غدہ نخامیہ کی رطوبت کی زیادتی ہوتی ہے۔ کیونکہ ہڈیوں کی نشوونما کا انحصار اسی غدود پر ہے۔ جن لوگوں کا قد چھوٹا ہے وہ اگر غدۂ نخامیہ مقدم کی دو گولیاں روزانہ (ایک گولی صبح ایک شام) کھالیا کریں تو انہیں اس سے نفع پہونچ سکتا ہے۔

ہمارے ہندوستانی شعرا کے دیوان عورتوں کے بالوں کی تعریف سے بھرے پڑے ہیں اور حق یہ ہے کہ ان کا تعریف کرنا کسی طرح بھی بے جا نہیں ہے۔ خود عورتوں کو بھی اپنے بالوں سے جو اُن کے حسن میں چار چاند لگا دیتے ہیں بے انتہا محبت ہوتی ہے۔ بالوں کی خوبی، بالوں کی ساخت، اور بالوں کا گھنا پن، ان سب کا تعلق غدہ درقیہ سے ہے۔ چہرے اور اندام نہانی کے بال انیثین سے متعلق ہیں اور زنانہ خصیۃ الرحم چہرے پر بالوں کو نکلنے سے روکتے ہیں کبھی کبھی ہمیں ایسی بھی ایک آدھ عورت نظر آجاتی ہے جس (بقیہ ص۲۵ پر)

دُودھ بہترین غذا ہے

دنیا کے بڑے بڑے تجربہ کار انسان اس حقیقت نفس الامری کو تسلیم کر چکے ہیں کہ دودھ بہترین غذا ہے۔ اگر مجھ سے سوال کیا جائے کہ اطفال کو طاقت دینے والی واحد غذا کونسی ہے، جوان کی نشوونما میں مدد دیتی ہے، جو نوجوانوں کے دل و دماغ کو طاقت دیتی ہے، جو بیماروں کو صحت عاجل اور کامل بخشتی ہے جو ضعیفوں اور سن رسیدہ اشخاص کے لئے نہایت مفید ہے، تو میں کہوں گا کہ یہ چیز دودھ ہے۔ اگر مجھ سے پوچھا جائے کہ حقیقی معنوں میں اکسیر کونسی چیز ہے تو میں کہوں گا "دودھ" ہے۔ خدا نے اور اس کے بندوں نے جس چیز کو سب سے زیادہ پسند کیا ہے اور جس میں خدا نے اپنی برکتیں بھر دی ہیں وہ دودھ ہے۔

ہندو خاص طور پر دودھ کو پسند کرتے ہیں۔ زمانہ قدیم کے ہندو دودھ کی بہت تعریف کرتے تھے وہ اس کی اصلی قدر و قیمت کو سمجھتے تھے، وہ خدا رسیدہ ہندو جن کو رشی کہا جاتا ہے، جو خدا کی عبادت کے لئے دنیا کو ترک کر دیتے تھے، گائیں پالنا نہیں چھوڑتے تھے۔ ان کے پاس کثیر تعداد میں گائیں رہتی تھیں جن سے وہ دودھ اور گھی حاصل کرتے تھے۔ برہمنوں اور کالیستھوں کی اکثر گوتھیں انہیں رشیوں کی گوتھوں کے نام سے موسوم ہیں۔

دُودھ کے خاص اجزاء

دُودھ کے خاص مفید اجزا حسب ذیل ہیں:- کیسین اور لبنی۔ البیوموس، مادہ لحمیہ، مادہ شحمیہ، شکر، نمک اور خصوصاً کیلسیم (چونا) میگنیشیم، پوٹاش اور سوڈا۔ دودھ کے اندر فولاد بہت کم ہوتا ہے، اس کے اندر حیاتین (Vitamin) بہت زیادہ مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

حیاتین الف (Vitamin A.) حیاتین ب (Vitamin B.) حیاتین ج (Vitamin C.) دودھ میں حیاتین کے علاوہ (Anti bodies) بھی ہوتی ہیں (یہ دودھ کے ایسے اجزا ہیں جو امراض سے انسان کو محفوظ رکھتے ہیں) اس میں حیاتین ڈی بھی پائی جاتی ہے (جو انسان کو اعوجاج عظام سے محفوظ رکھتا ہے) یہ ان گاؤں کے دودھ میں زیادہ پایا جاتا ہے جو تازہ ہوا میں رہتی ہیں اور جو بڑی چراگاہوں میں چرتی ہیں۔

دیہاتی گائیں

سب گائیں ایک ہی قسم کا دودھ نہیں دیتیں۔ ان کے دودھ مختلف ہوتے ہیں۔ مائی کے دودھ میں اور گائے کے دودھ میں بھی فرق ہوتا ہے

گائے کے دودھ میں کیسین زیادہ اور شکر کم ہوتی ہے۔ بھینس کے دودھ میں کیسین اور شحم زیادہ ہوتی ہے اور شکر کم ہوتی ہے، بکری کے دودھ میں مادہ لحمیہ اور شحمیہ کسی قدر زیادہ اور شکر کسی قدر کم ہوتی ہے۔ گدھی کے دودھ میں شحم کم ہوتی ہے۔ اجزا کے اس اختلاف کے علاوہ نسوانی دودھ میں شحم بہت اچھی طرح حل شدہ ہوتی ہے۔ اس کا مادہ لحمیہ بھی بہترین قسم کا ہوتا ہے۔ جس کے معدہ میں نہایت اچھا کیسین' پیدا ہوتا ہے۔

غذا میں مادہ لحمیہ کی موجودگی جسم کی نشوونما میں معاون ہوتی ہے اور جسم کے ضعف کو رفع کرتی ہے، ہمارے جسم کے اندر اس سے بیسیوں قسم کے "اینو" ایسیڈس پیدا ہوتے ہیں یہ حامضات جسم میں زینٹوں کی شکل ہوتے ہیں۔ ان حامضات میں سے ہسٹیڈین لیسین (Lysine) اور سسٹین (Cystien) جسم کی نشوونما کے لئے لازمی ہیں اور ٹرپٹوفین (Tryptophan) زندگی کے لئے ضروری ہے۔ دودھ کا مادہ لحمیہ بہترین قسم کا ہوتا ہے۔ اس کے اندر اینو ایسیڈس (حامض اینی) کثیر تعداد میں شامل ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ مادہ لحمیہ کے لحاظ سے دودھ بہترین سمجھا جاتا ہے۔ دوسری غذاؤں میں مادہ لحمیہ ایسا اچھا نہیں پایا جاتا۔ یہی سبب تھا کہ ہندوستان میں برہمن دودھ، چاول، آلو شیریں پھل اور ترکاری کو پسند کرتے تھے اگر کسی شخص کی غذا میں مادہ لحمیہ کی کمی ہے تو وہ مرض اعوجاج عظام اور فقر الدم میں مبتلا ہو جائے گا، اس کے عضلات کمزور ہو جائیں گے اس کو تنفس میں تکلیف ہوگی۔ وہ زیادہ محنت نہ کر سکے گا۔ جن اطفال کو مادہ لحمیہ کم پہنچتا ہے۔ ان کے دانت دیر میں نکلتے ہیں اور ان کی نشوونما میں خامی رہ جاتی ہے۔

اطفال کیلئے کس قسم کا دودھ ضروری ہے؟

اطفال کی غذاؤں میں دودھ بہترین غذا ہے۔ یہ امر پایہ ثبوت کو پہنچ چکا ہے کہ ان کی نشو و نما میں دودھ معاون ہوتا ہے دوسری کوئی غذا نشو و نما کے لئے اس قدر مفید نہیں ہو سکتی۔ اس میں نسبتاً حرارت کے اجزاء بھی زیادہ ہوتے ہیں (یعنی اس کے اندر حرارت پیدا کرنے کی اور قوت مدافعت کی طاقت دینے کا مادہ زیادہ ہوتا ہے) یہ اعصاب کے لئے بہترین غذا ہے اور مسکن ہے۔ یہ بہترین معدنی اجزاء کی ایک اعلےٰ معدن ہے۔ یہ ہمارے جسم کے غدد کو متحرک کرتا ہے ([illegible]) اس کی وجہ سے خون کا ردعمل کھاری رہتا ہے۔ ماں کے پستان کے دودھ کے اندر جراثیم کا وجود نہیں پایا جاتا۔ گائے کے دودھ میں شاذونادر جراثیم پائے جاتے ہیں۔ ماں کے پستان کا دودھ حقیقتاً درست طریقہ پر کھاری ہوتا ہے۔

لیکن چھ ماہ کے بعد بچے کے لئے محض دودھ کافی نہیں ہوتا اگر عرصہ تک بچہ کو صرف دودھ ہی بطور غذا دیا جائے تو بچہ بیمار ہو جاتا ہے۔ اس کی اشتہا غذا کے لئے کم ہو جاتی ہے اور اس کے براز میں معدنی اجزاء خارج ہو جاتے ہیں۔ اس کو مرض فقر الدم لاحق ہو جاتا ہے۔ اور کافی مقدار میں دودھ نہ پہنچنے سے بچہ کمزور اور نحیف ہو جاتا ہے۔ سن بلوغ کو پہنچنے کے بعد ہمارے جسم میں مادہ لحمیہ بہت کم جمع ہوتا ہے۔ لیکن جو بچہ دودھ پیتا رہتا ہے۔ اس کے جسم میں دودھ کا مادہ لحمیہ کافی مقدار میں جمع رہتا ہے۔

بچوں کے لئے ۶ ماہ تک دودھ نہایت ضروری ہوتا ہے اس کے بعد دودھ دیتے رہنا درست ہے لیکن ضروری نہیں ہیں نے ابتدا میں کہا ہے کہ بچہ کے لئے ماں کا دودھ زیادہ مناسب ہوتا ہے۔ یہاں میں نے دودھ سے ماں کا دودھ مراد لیا ہے۔ سات ماہ کے بعد گائے کا خالص دودھ بچہ کو ماں کے دودھ کے بجائے دیا جاسکتا ہے۔

بڑے بچوں کے لئے دودھ اور روٹی کا استعمال مفید پڑتا ہے۔ گوشت سے ان کو زیادہ فائدہ حاصل نہیں ہوتا۔ انڈے کے علاوہ کوئی دوسری غذا علیحدہ طور پر یا کسی غلہ کے ساتھ دودھ کے مقابلے میں مفید نہیں ہوسکتی۔ غذا کے ساتھ اگر دودھ شامل ہو تو اس سے بچے کو زیادہ طاقت حاصل ہوتی ہے۔ غلے اور ترکاریاں زندگی کو قائم رکھ سکتی ہیں لیکن دودھ زیادہ طاقت دیتا ہے جن لڑکوں کو معمولی غذا کے علاوہ دودھ دیا جاتا ہے وہ طویل القامت زیادہ چست اور تندرست ہوتے ہیں۔ ۱۶ برس کے لڑکوں کو کم ازکم روزانہ ایک سیر دودھ دیا جانا چاہیئے۔

دودھ کے خطرات

میں بڑی حد تک دودھ کے فوائد بیان کر چکا ہوں۔ اب یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ اس کے استعمال میں خطرات بھی ہیں یا نہیں۔ اگر مجھ سے اس کے متعلق دریافت کیا جائے تو میں کہوں گا کہ بہت خطرات ہیں خصوصاً ہندوستان میں اس کی وجہ یہ ہے کہ یہاں گائیں عموماً گندہ طریقہ پر پرورش پاتی ہیں۔ وہ صبح سے شام تک گرد و غبار میں اٹی رہتی ہیں۔ ان کے جسموں پر گوبر لپٹا ہوا ہوتا ہے۔ دودھ دوہنے والوں

کے ہاتھ اور برتن بھی اچھی طرح صاف نہیں کئے جاتے۔ دودھ میں جو پانی شامل کیا جاتا ہے وہ بھی صاف نہیں ہوتا۔ اور گھی نکالنے کے لئے جو متھانی استعمال کی جاتی ہے وہ بھی میلی ہوتی ہے دودھ کے برتن کے اندر میلی پتیاں اس لئے ڈالی جاتی ہیں کہ دودھ چھلکے نہیں۔ خریدار دودھ کے اندر میلے ہاتھ ڈال کر اس کو دیکھتے ہیں کہ اچھا ہے یا نہیں۔ اور اہیر بھی گندے برتن دودھ نکالنے میں استعمال کرتے ہیں۔

اب دودھ اگر انسان کی امعا میں مزمن امراض یا شدید امراض پیدا کرے تو اس امر پر ہمیں حیرت نہ ہونی چاہیئے۔ تمام مغربی ممالک میں پہلے عام طور پر کچا دودھ پینے کا رواج تھا۔ لیکن جب سے تپ دق کی زیادتی ہوئی ہے۔ ان ممالک میں دودھ کو (Pasteurize) کیا جانے لگا ہے۔ دودھ کو ابلنے سے اس کے بعض اجزا خراب ہو جاتے ہیں۔ دودھ کی حیاتین سی ابلنے سے ضائع ہو جاتی ہے۔ اس لئے مغربی ممالک میں وہ ابلا ہوا دودھ استعمال نہیں کرتے ہیں بلکہ پاسٹرائی ملک استعمال کرتے ہیں۔ دودھ ۲۱۲ درجہ حرارت پر ابلتا ہے۔ لیکن پاسٹرائی زیشن کے عمل میں اس کو جلد ۱۴۵ درجہ حرارت پر پہونچایا جاتا ہے۔ اور اس درجہ پر اس کو ۳۰ سے ۴۰ منٹ تک رکھا جاتا ہے۔ اس کے بعد اس کو جلدہ درجہ حرارت پر سرد کر لیا جاتا ہے۔

اس عمل سے دودھ کی مقدار یا نوعیت میں کوئی تبدیلی واقع نہیں ہوتی اس طرح حرارت پہنچنے سے وہ زیادہ زود ہضم ہو جاتا ہے۔ جراثیم خناق ( ) ۱۳۱ درجہ پر زندہ نہیں رہ سکتے۔ (Streptococci) درجہ حرارت پر مر جاتے ہیں۔ جراثیم تپ محرقہ ( ) ۱۳۷ درجہ پر زندہ نہیں رہتے۔ اور جراثیم تپ دق ۱۳۹ درجہ حرارت پر مر جاتے ہیں۔ ہر لحاظ سے صرف تھوڑے عرصہ تک دودھ کو گرم کرنا زیادہ اچھا ہے اس کا صرف ایک ابال کافی ہوتا ہے۔

درازی عمر کے قدیم طریقے

زندگی نہایت عزیز شے ہے۔ ہمارے لئے اس سے بڑھکر اس دنیا میں کوئی چیز نہیں ہے کہ جب ہم کسی چیز کو اس کے مقابل کی دوسری چیزوں سے زیادہ چاہتے ہیں تو اُسے اپنی زندگی کے برابر پیارا بیان کر کے ممتاز کرتے ہیں۔ اس لئے کوئی تعجب کی بات نہیں کہ زمانہ قدیم سے بنی نوع انسان ایسے طریقوں کی جستجو کرتا چلا آتا ہے جن سے اس کے حدود زندگی وسیع ہو جا سکتے ہیں یہاں بھارت ورش میں بھی لوگ ابھیاس اور پرانایام کے ذریعہ عمر بڑھانے میں ہمارے بزرگوں نے بہت کچھ کامیابی حاصل کی تھی۔ اور بھارت ورش کی پرانی تاریخوں میں اس کے بکثرت اچھے اچھے ثبوت ملتے ہیں لیکن اس مضمون میں ہم ان کا بیان نہ کرتے ہوئے صرف ان طریقوں کا حال سپرد قلم کریں گے۔ جو عرصۂ زندگی کو بڑھانے کے لئے وقت وقت پر یورپ میں مروج رہے ہیں۔

یوروپ میں درازیٔ عمری سے تعلق رکھنے والے خیالات پیدائش عیسےٰ سے بہت پہلے اہل مصر اس جانب متوجہ ہو چکے تھے۔ اور انہوں نے کچھ ایسے اصول بھی بنا لئے تھے۔ جن کے ذریعہ ان کے خیال میں انسان طویل عمری حاصل کر سکتا ہے۔

دریائے نیل کی طغیانیوں اور گرما کی تیز دھوپ کے سبب وہاں کی آب وہوا ہمیشہ سے مضاد صحت ہے۔ اور یہ بہت ممکن ہے کہ اسی وجہ سے انہیں مذکورہ بالا مضمون ... (درازعمری) میں جانچ پڑتال کی ضرورت لاحق ہوئی ہو۔ ان لوگوں کا یہ یقین تھا کہ مقئی و معرق ادویات کے مناسب استعمال سے انسان کی عمر طویل ہو سکتی ہے۔ چنانچہ اہالیان مصر ہر ماہ میں کم از کم دو دفعہ دوا مقئی ضرور رکھاتے تھے۔ آپس میں ملاقی ہوتے تو بجائے اس کے کہ یہ پوچھیں "آپ کی طبیعت کیسی ہے؟ وہ یہ پوچھتے تھے کہ آپکو پسینہ آتا ہے۔

عمدہ مصفٰے اور تسکین بخش آب وہوا سے اثر پذیر ہو کر گریس (یونان) کے رہنے والوں میں درازعمری کی خواہش نے ایک دوسری صورت اختیار کی۔ ان کا خیال تھا کہ مادی سکھوں کے مناسب استعمال اور اپنی طاقتوں کو اعتدال کے ساتھ برتتے رہنے سے انسانی قوتِ حیات ضرور بڑھ جاتی ہے۔ اس ملک کے سب مشہور اطبا و حکما طویل عمری حاصل کرنے کے لئے پرہیزگار رہ کر صاف اور کھلی ہوا کھانا۔ روزانہ غسل۔ ورزش اور بدن کی مالش کی ہدایت کرتے تھے۔ آخری دو باتوں پر وہ خصوصیت سے زور دیتے تھے۔ انہوں نے جسم کو مختلف حرکات پر قادر بنانے کے لئے چند خاص قاعدے تجویز کئے تھے۔ انہیں قواعد سے کچھ زمانہ بعد اس قسم کی ورزش کا رواج ہو گیا۔ جسے آج کل جمناسٹک کہتے ہیں۔ اس دانش کے بڑے سے بڑے فلاسفر اور عالم کی توجہ اس بات پر مرکوز رہی ہے کہ جسم اور دماغ دونوں کو ہی ان کے مطابق ورزش کی ضرورت رہتی ہے انہوں نے ورزش کو ایک باقاعدہ فن کی صورت دیدی۔ اور اسے تکمیل کی انتہائی حدود تک پہنچا دیا۔ وُہ یہ اچھی طرح جانتے تھے کہ انسانوں کے مختلف قسم کے امزجہ۔ حالات اور ضروریات کے لئے کس کس طرح کی کونسی ورزشیں مناسب و قابل عمل ہو سکتی ہیں۔ انہیں اس بات کا اچھی طرح علم تھا کہ ورزش سے انسانی جسم کی اندرونی حالت کس طرح ٹھیک رکھی جا سکتی ہے۔ اور اس سے وُہ نہ صرف مختلف امراض کو روک ہی سکتے تھے۔ بلکہ انہیں دُور بھی

کر سکتے تھے۔ کہا جاتا ہے کہ "ہیروڈکس" جو کہ ایک مشہور معالج تھا۔ اس فن میں اس قدر ہوشیار تھا کہ وہ اپنے مریضوں پر ٹہلنے (چہل قدمی) کیلئے دباؤ ڈالتا۔ ان کے جسم میں مالش کرواتا۔ اور جوں جوں مرض انہیں کمزور کرتا جاتا عضبی طاقت کو بڑھا کر ان کی کمزوری دور کرنے کی سعی کرتا تھا۔ اور اس میں اسے حسب خواہش کامیابی ہوئی۔ اس نے کئی نحیف و کمزور مریضوں کا عرصۂ زندگی کئی سال زیادہ کر دیا۔

روائیت ہے:۔ کہ اس پر مشہور و معروف یونانی فلاسفر افلاطون نے اسے بہت لعن طعن کرتے ہوئے کہا تھا کہ ان بدنصیبوں کو راحت تو مل نہیں سکتی۔ ہاں ان کے مصائب ضرور بڑھ جاتے ہیں۔ عرصۂ زندگی کو بڑھانے کے تعلق میں یونان کے مشہور مصنف پلوٹارک نے بھی بہت کچھ لکھا ہے۔ ان کے خیالات بہت ہی صاف اور قانون قدرت کے مطابق ہیں۔ انہوں نے نہ صرف خود انتہا درجہ کے بڑھاپے تک زندگی کو ہی قائم رکھا بلکہ اپنے قوائے جسمانی کو بھی اچھی حالت میں دکھلا کر اپنے طریقوں کی صحت و سچائی کا اظہار کیا ہے۔ انہوں نے اس ضمن میں جو کچھ لکھا ہے اس کے آخری حصہ میں کچھ ایسے اصول و قواعد دئیے ہیں۔ جو آج بھی مفید اور قابل تعمیل معلوم ہوتے ہیں۔ وہ لکھتے ہیں کہ "اپنے سر کو ٹھنڈا رکھو۔ اور پاؤں کو گرم" ہر ایک بیماری میں دوائی استعمال کرنے کے بجائے یہ اچھا ہو گا کہ ایک دن بالکل بھوکے رہو"۔ "اپنی جسمانی ترقی پر ہمیشہ دھیان رکھو" لیکن دماغی ترقی کو بالکل نہ بھولنے دو"۔

انہی دنوں وسطی یوروپ میں زندگی بڑھانے کا ایک بڑا عجیب طریقہ مروج تھا۔ اس طریقے کے مطابق بوڑھے اور کمزور اشخاص کو نوجوان لڑکے لڑکیوں کی صحبت میں رکھا جاتا تھا جس سے یہ مقصود ہوتا تھا کہ ان کے جسم سے نکلتے ہوئے غیر مرئی ذرات ان بڈھے

اشخاص کے اجسام سے لگ کران میں نئی طاقت پیدا کردیں۔ اطباء قدیم کی تصانیف میں بھی بہت جگہوں پر اس طریق کے متعلق اشارات پائے جاتے ہیں۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ طریق بہت پرانے زمانے سے مروج تھا اور بڑھاپے کی کمزوریوں کے دور کرنے میں اسے بہت مفید سمجھا جاتا تھا۔

یوروپ کے کچھ حصّوں میں اس کے پرچار کی اچھی مثالیں ملتی ہیں۔ سترھویں صدی کے آخر میں "ہرمن بیرھاوے" نامی ایک مشہور معالج تھا۔ اس نے ہالینڈ کے ایک لیڈر کو اسی طریقہ سے اچھا کیا تھا۔ وہ اسے دو نوجوان شخصوں کے بیچ سلاتا رہا۔ کچھ مدت ایسا کرتے رہنے سے اس بوڑھے لیڈر کی طاقت اور پھرتی میں نمایاں ترقی ہو گئی۔ کہتے ہیں۔ سدوم شہر میں چھوٹی چھوٹی لڑکیوں کا ایک استاد ایک سو پندرہ برس زندہ رہا۔ کہا جاتا ہے کہ لگاتار چھوٹی چھوٹی لڑکیوں کے وسط میں رہنے سے ہی اس کا عرصۂ حیات طویل ہو گیا تھا۔ یورپ کے ایک مشہور ڈاکٹر اس مثال کو بیان کرنے کے بعد ہمیں اس بات کی نصیحت کرتے ہیں کہ ہم ہمیشہ صبح و شام چھوٹے چھوٹے معصوم لڑکوں اور لڑکیوں کے سانس کو اپنے جسم سے لگنے دیا کریں۔ وہ کہتے ہیں کہ ایسا کرنے سے ہماری قوتِ حیات بہت کچھ بڑھ سکتی ہے۔

اس سے کچھ زمانہ بعد بیمار اشخاص کی لاعلاج امراض کو دور کرنے اور انہیں دراز عمر کرنے کے لئے ایک دوسرا طریقہ ایجاد ہوا۔ جسے ٹرانسفیوسن (
یا عمل مبدّل الدم کہتے تھے۔ اس میں مریض کی دو رگیں کھولی جاتی تھیں۔ پھر ایک چھوٹے سے پمپ میں کسی زندہ حیوان کی شریان سے خون بھر کر ان میں سے ایک رگ میں بھر دیا جاتا تھا۔ ساتھ ہی مریض کی دوسری رگ سے خون نکلنے دیا جاتا تھا۔ اس طرح مریض کے جسم کا خراب خون نکال کر نئے خون کا دوران قائم کیا جاتا تھا۔ انگلینڈ میں اس طریقہ سے کچھ تجربات جانوروں پر

کامیابی کے ساتھ کئے گئے۔ جن سے بوڑھے اور کمزور جانوروں میں کچھ دیر بعد بہت کچھ طاقت دوڑتی آگئی تھی۔ کہیں کہیں تو ڈرپوک حیوانوں کے جسم میں خوفناک وحشی جنگلی جانوروں کا خون بھر کر انہیں نڈر و بے خوف بنانے کی بھی سعی کی گئی تھی۔

ان تجربات و امتحانات سے باحوصلہ ہوکر لوگوں نے متذکرہ بالا طریق سے انسانوں کو اچھا کرنے کی کوشش کی۔ چنانچہ پیرس کے دو ڈاکٹروں نے اول اول ایک نوجوان پر اس طریقہ کا امتحان کیا۔ وہ جوان ہمیشہ بہت سست رہتا تھا۔ بہت قسم کی ادویات کے استعمال سے بھی اس کی سستی دور نہ ہوسکی تھی۔ ان ڈاکٹروں نے ان کے جسم میں بھیڑ کے بچے کا خون بھر دیا اس سے وہ بالکل اچھا ہوگیا۔ ان ڈاکٹروں نے ایک پاگل کو بھی اس کے جسم میں بھیڑے کا خون بھر کر باصحت کیا لیکن عمل کرتے وقت رگوں میں ہوا بھر جانے سے بہت سے جان بحق بھی ہوگئے آٹھویں پوپ الوسینٹ کی موت بھی اسی اپریشن سے ہوئی تھی۔ عمل ٹرنسیفیوژن کو علم جراحی کے ایک حصہ میں آجکل بڑا اونچا درجہ حاصل ہے۔ زندگی بڑھانے کے ان طریقوں یا... ڈھنگوں کے علاوہ عوام جہلا میں کچھ دوسرے طریقے بھی مروج تھے۔ جن کا یہاں بیان کرنا خالی از دلچسپی نہ ہوگا۔

کچھ لوگوں کا یقین تھا کہ چند خاص ادویات سے انسان کا عرصۂ زندگی بڑھایا جاسکتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ بہت سے ٹھگوں نے ڈاکٹروں اور طبیبوں کے بھیس میں لوگوں کو ٹھگنا شروع کردیا۔ اس قسم کے ٹھگ طبیبوں میں سب سے زیادہ ڈھیٹ "پرسیلے سنس" نامی ایک شخص (۱۴۹۳ء سے ۱۵۴۱ء) تھا۔ اس نے اعلان کیا کہ دنیا بھر میں میں ہی پہلا معالج ہوں۔ اس نے بڑی سنجیدگی کے ساتھ اس امر کا دعویٰ کیا کہ دنیا میں ایسی کوئی بیماری نہیں جسے میں دور نہیں کرسکتا۔ اور ایسا کوئی انسان نہیں ہے جس کی زندگی کو میں بڑھا نہیں

سکتا۔ اس کے پاس ایک چیز تھی۔ جسے وہ سنگِ حیات افزا ر۔ کہا کرتا تھا۔ آہستہ آہستہ
وہ اتنا مشہور ہو گیا کہ یورپ کے ہر حصے سے اس کے پاس مریض اور طالب علم آنے لگے لیکن
سنگِ حیات افزا کو پاس رکھتے ہوئے بھی وہ پچاس برس کی عمر میں ہی چل بسا۔ اور اس کے
بعد اس کی شیطانیت سب پر منکشف ہو گئی۔ امتحان کرنے پر معلوم ہوا کہ سنگِ حیات افزا
اور کچھ بھی نہیں تھا۔ صرف گندھک وغیرہ اشیاء کو ملا کر ایک گرم چیز بنائی ہوئی تھی۔

ان دنوں گنڈے اور تعویز بھی انسان کو درازیٔ عمر کرنے کے ذرائع سمجھے جاتے تھے۔
لوگوں کا خیال تھا کہ فلکی سیاروں اور اجساد کا آپس میں گہرا تعلق ہے۔ بایں وجہ خاص خاص
سیاروں کے اثر میں خاص خاص دھاتوں کو گلا کر تعویذ بنائے جاتے تھے اور یہ سمجھا جاتا تھا۔
کہ سیارے جن کا ان دھاتوں سے تعلق ہے پہننے والے کی ہمیشہ آفات سے حفاظت کرتے ہیں۔

تعویذ کئی قسم کے ہوتے تھے۔ ایک تو ایسے ہوتے تھے جو کسی ایک سیارہ کے اثرِ بد سے ہونے
والی امراض کو روکتے تھے۔ دوسرے وہ جو اجرام فلکی کے اثرات بد سے محفوظ و مامون رکھنے کے
لئے بنائے جاتے تھے۔ اور تیسرے وہ جو مختلف دھاتوں کو خاص خاص طریقہ سے ایک جگہ ملا کر اور ڈھال
کر بنائے جاتے تھے۔ اس تیسری قسم کے تعاویذ کے متعلق سمجھا جاتا تھا کہ ان کے پہننے سے بڑے
سیارے میں تمام پیدا ہونے والی برائی فی الفور دور ہو جاتی ہے۔ اور انہیں پہننے والے ان کے
طفیل بلند ترین عہدوں پر فائز ہو سکتے تھے۔ اور تجارت و شادی بیاہ میں کامیابی حاصل کرتے تھے
اگر تعویذ پر (برشچک راشی) کے نشان کے ساتھ ساتھ سیارہ مریخ یعنی منگل کا نقش منقش ہوتا تھا۔

تو اُسے پہننے والا فتح ہوجاتا تھا۔ اور کسی قسم کا ہتھیار اس پر کاٹ نہ کرسکتا تھا۔ جرمنی کی فوج کو اس
بہ اعتقاد یقین تھا کہ جب وہ لڑائی پر جاتے تھے تو اس قسم کا تعویذ پہن لیتے تھے۔ ایک فرانسیسی صاحب قلم
نے لکھا ہے کہ ایک دفعہ جرمنوں اور فرانسیسیوں میں جنگ ہونے کے بعد جتنے مُردہ۔ زخمی اور اسیر
جنگ سپاہی ملے۔ ان میں سے ہر ایک کے گلے میں ایک تعویذ لٹک رہا تھا جس وقت اہالیانِ یورپ پر
ضعیف الاعتقادی کا زبردست راج تھا۔ اسی وقت ہمیں درازعمری کے تعلق میں ایک بڑی معرکے
کی مثال ملتی ہے۔ اٹلی میں "کاریزو" نامی ایک شخص لہو و لعب میں مشغولیت کے سبب چالیس
برس کی عمر تک پہنچتے پہنچتے اس کا جسم بربادی کے نزدیک پہنچ گیا۔ وہ ہمیشہ ریاحی درد۔ وجع المفاصل
اور بخار میں مبتلا رہنے لگا۔ بالآخر اس کی حالت اتنی بُری ہوگئی کہ اس کے معالجوں نے اُسے صاف
صاف کہدیا کہ اب تم ایک دو ماہ سے زیادہ زندہ نہیں رہ سکتے۔ انہوں نے کہا کہ ادویات کے استعمال
سے تمہیں کوئی فائدہ نہیں ہوسکتا۔ البتہ تم اپنی غذا کی مقدار کم کردو اور ہلکی اور زود ہضم غذا کھایا
کرو۔ تو شاید تمہیں کچھ فائدہ ہو اس نے ایسا ہی کیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ تھوڑے ہی دنوں بعد اس کی
صحت میں نمایاں تبدیلی ہونے لگی۔ اور کچھ مدت بعد وہ بالکل باصحت ہوگیا۔ اور ساتھ ہی اتنا جسیم
و شحیم اور طاقتور بھی ہوگیا۔ جتنا کہ وہ عنفوان شباب میں نہیں تھا۔

یہ دیکھکر اس نے اپنے غذا کی مقدار کو اور بھی کم کر دیا۔ قیام زندگی کے لئے جتنی غذا کی ضرورت تھی وہ اتنی ہی کھاتا تھا۔ اس کی غذا کا سامان ڈیڑھ پاؤ سے زیادہ نہیں ہوتا تھا۔ پانی بھی وہ تقریباً اتنا ہی پیتا تھا۔ ساٹھ برس اس کی یہی خوراک رہی۔ وہ اپنے آپ کو بہت گرمی یا سردی اور شہوت و غضب وغیرہ بُرے خیالات وغیرہ سے بچائے رکھتا تھا۔ اس پابرہیز خورد ونوش اور طریق رہائش سے صرف اس کا جسم ہی نہیں بلکہ اس کا دماغ بھی ایسی عمدہ حالت میں قائم رہا کہ کوئی بھی بات اسے نقصان نہ پہنچا سکی۔ اسی برس کی عمر میں وہ ایک بڑے مقدمہ میں شکست یاب ہوا اس شکست کا اس کے دو بھائیوں پر ایسا بُرا اثر پڑا کہ وہ جان بر نہ ہو سکے لیکن وہ بالکل باصحت اور بے فکر رہا۔ اس کے کچھ زمانہ بعد وہ اپنی گھوڑا گاڑی سے گر پڑا۔ اور گھوڑے کے پاؤں کے نیچے آکر کچل گیا۔ اس سے اس کا ایک ہاتھ اور ایک پاؤں ٹوٹ گیا اس نے اپنے ٹوٹے ہوئے ہاتھ اور پاؤں کو کٹوا ڈالا۔ اور بغیر کسی قسم کی دوائی کا استعمال کرنے کے اچھا ہو گیا۔ ایک دفعہ اس نے اپنے دوستوں کے اصرار کرنے پر اپنی خوراک بڑھا دی۔ اس کا کیا انجام ہُوا۔ یہ اسی کی زبان سے سُنئے۔

"ابھی مجھے اپنی خوراک بڑھائے دس دن بھی نہیں ہوئے تھے کہ میری خوشی اور پھرتی نہ معلوم کہاں چلی گئی۔ اور میں مضطرب واداس سا رہنے لگا۔ اپنی زندگی مجھے دوبھر ہونے لگی۔ اور دوسرے بھی مجھے بوجھ سمجھنے لگے بیسویں دن مجھے پسلیوں میں درد ہونے لگا۔ اور یہ چوبیس گھنٹے تک ہوتا رہا۔ اس کے بعد مجھے شدید بخار ہو گیا۔ جو پینتیس دن تک نہیں اترا۔ لوگ میری زندگی سے مایوس ہو گئے لیکن خدا کے رحم اور اپنی غذا کی مقدار کم کرنے سے میں پھر اچھا ہو گیا۔ اب عمر کا تراسیواں برس ہونے پر بھی میرا جسم و دماغ دونوں ہی اچھی حالت پر ہیں۔ میں بغیر کسی امداد کے گھوڑے پر چڑھ سکتا ہوں۔ ڈھلوان پہاڑیوں پر چڑھ سکتا ہوں۔ ابھی حال میں میں نے ایک ظرافت

سے مشہور ڈرامہ بھی لکھا ہے۔ جب میں دوستوں سے مل جل کر اور سینیٹ سے واپس ہو کر گھر پہنچتا ہوں۔ تو گیارہ بچے (بیٹے و پوتے) میرا استقبال کرتے ہیں۔ ان کی تعلیم ان کی کھیل کود اور ان کے ساتھ گانے لگتا ہوں۔ آج کل میری آواز اتنی صاف اور بلند ہے جتنی کہ عالم شباب میں بھی نہیں تھی بعض شیخ خفت میں اکثر چڑچڑے اور بدمزاج ہو جاتے ہیں۔ لیکن میں جانتا ہوں یہ باتیں کیا ہوتی رہیں۔"

- اسی طرح خوشی و خرمی کے ساتھ وہ لوریے سو سال تک حیات رہا۔

انگلینڈ کے مشہور و معروف عالم لارڈ بیکن نے بھی درازی عمری کے سوال پر اپنی توجہ دی ہے اور اس کی جانچ پڑتال کی ہے۔ ان کے خیال میں زندگی شمع کی کور کی مانند ہے جسے آس پاس کا کرۂ ہوائی لمحہ بہ لمحہ فنا کر تا جا رہا ہے۔ مضبوط سے مضبوط جسم بھی اس مستقل عمل تخفیف و تنشیف سے (جو قدرتی طور پر ہر لمحہ بہ لمحہ خشک کر رہا ہے) بتدریج گھٹتے ہوئے فنا ہو جاتا ہے۔" بایں وجہ ان کے مذہب میں اس عمل تخفیف کے اثر سے محفوظ رہنے اور اپنے جسم کی رطوبات کی وقت وقت پر تجدید کرتے رہنے سے ہی ہم دراز عمر ہو سکتے ہیں۔

بیرونی جانب سے اس عمل تخفیف کو جو ہمارے جسم کو ہر لمحہ سکھاتا جاتا ہے۔ روکنے کے لئے ان کے خیال میں سرد پانی سے غسل کرنا از حد ضروری ہے۔ غسل کے بعد وہ یونانیوں کے طریق سے تیل کی مالش کی ہدایت کرتے ہیں۔ اندرونی طور پر تخفیف یا سوکھنے کو کم کرنے کے لئے وہ دماغی تسکین اور مسکن اغذیہ (ساتوک بھوجن) کو مفید سمجھتے رہیں۔ ان کے مذہب میں ایسا کرنے سے اندرونی حرکات کا بڑھا ہوا جوش کم ہو کر ایک حد کے اندر ہو جاتا ہے۔ جوں جوں ہماری عمر بڑھتی جاتی ہے۔ توں توں ہمارے جسم کی رطوبت اصلیہ خشک اور فاسد ہوتی جاتی ہیں۔ ان رطوبات کو پاک و مصفٰی کرنے

کے لئے ان کی ہدایت ہے کہ ہر دوسرے یا تیسرے سال ہمیں ان (رطوبات) کی تجدید کرنی چاہیئے اور وہ اس طرح کہ لطیف غذا اور مسہلات سے پہلے ہم اپنے جسم کی فاسد رطوبت کو نکال دیں پھر عمدہ صحت افزا اور مقوی اغذیہ سے جسم کی رگوں کو جدید رطوبت سے بھر دیں۔

لارڈ بیکن کے ان خیالات میں بہت کچھ سچائی ہے۔ اور تھوڑی سی تبدیلی کے ساتھ یہ ہدایات ہر زمانہ میں قابل عمل ہیں ÷ فقط (حکیم چونی لعل کوہلی)

"ڈبہ کا پھیکا" یا پانی اڑا ہوا گاڑھا دودھ

ڈبہ کا پھیکا دودھ گائے کے دودھ کو ایک خاص طریقہ سے بہت زیادہ درجۂ حرارت پر گرم کرنے سے بنایا جاتا ہے۔ دودھ میں جس قدر پانی ہوتا ہے وہ اُڑ جاتا ہے اور اس میں جو جراثیم بھی ہوں مر جاتے ہیں جو دودھ پانی اُڑ جانے کے بعد بھی باقی رہ جاتا ہے وہ عام دودھ کی نسبت دوگنا گاڑھا ہوتا ہے اس میں پانی ملا کر دوبارہ عام دودھ کی طرح استعمال کے قابل بنا لیا جاتا ہے۔ یہ پانی اڑا ہوا دودھ "پھیکا جما ہوا دودھ" بھی کہا جاتا ہے۔ یہی ہندوستان میں "ڈبہ کا دودھ" کہلاتا ہے۔ یہ دودھ ایک صحت بخش خوراک ہے اور اُسے بچوں اور بالغوں کی خوراک میں عام دودھ کے بجائے استعمال کیا جا سکتا ہے لیکن اس دودھ کے استعمال میں بڑی خرابی یہ ہے کہ ڈبہ کھولنے کے بعد زیادہ دیر تک یہ دودھ اچھی حالت میں نہیں رہتا۔ دوسرے اس طرح کے دودھ کی تیاری میں وٹامن سی یا حیاتین ج ضائع ہو جاتا ہے اس لئے ضروری ہے کہ ایسے بچوں کو جن کی پرورش اس دودھ پر ہو وٹامن سی یا حیاتین ج پھلوں کے رس کی صورت میں بہم پہنچانا چاہیئے۔ اگر ڈبہ کا دودھ عمدہ دودھ سے تیار کیا گیا ہے تو اس کی غذائی قدر و قیمت لاغر اور ناکارہ گائیوں سے حاصل کئے ہوئے تازہ دودھ یا پانی ملے ہوئے دودھ سے بہتر ہوتی ہے

ہندوستانی غذائیں

(بسلسلۂ ماسبق)

ماں کا دودھ بچہ کے لئے بہترین غذا ہے یہ ایک ایسا دعویٰ ہے کہ جس میں کسی قسم کے شک وشبہ کی گنجائش نہیں کیونکہ اس کی تصدیق نہ صرف عام مشاہدے سے بلکہ سائنس کے تجربات سے بھی ہو چکی ہے۔ ماں کے دودھ میں اوپری دودھ کے مقابلے میں یہ اچھائی ہے کہ ماں کا دودھ بیرونی اثرات سے بہت کم خراب ہوا کرتا ہے۔ اوپری دودھ پلانے میں بیماری لگ جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ خاص کر ان غریب لوگوں کے لئے جن کے ہاں صفائی اور احتیاط کا چنداں خیال نہیں رکھا جاتا لیکن اس سے یہ نتیجہ نکالنا کہ چونکہ بچہ کو ماں کا دودھ مل رہا ہے اس لئے ماں یا بچہ کی خوراک کے متعلق کسی فکر یا تردد کی ضرورت نہیں۔ اگر بچہ صرف ماں کے دودھ ہی پر پل رہا ہے تو اس امر کی سخت ضرورت ہے کہ اسے باقاعدہ اور کافی مقدار میں اچھا دودھ ملے۔

حقیقت یہ ہے کہ غریب طبقہ کی عورتوں کے یہاں جنہیں صحت بخش غذائیں کافی مقدار میں میسر نہیں ہوتیں بڑھتے ہوئے بچہ کی ضرورت کو پورا کرنے کے لئے کافی دودھ اترتا ہی نہیں ہر شخص جانتا ہے کہ ہندوستان کی گائیں شمالی یورپ اور امریکہ کی سرسبز وشاداب چراگاہوں میں پلنے والی موٹی تازی اور چمکیلے بدن والی گائیوں کے مقابلہ میں نہایت کم دودھ دیتی ہیں۔ ہندوستان کی غریب عورتوں کی بھی بالکل یہی کیفیت ہے۔ مناسب مقدار میں عمدہ غذا کھانے والی عورتوں کے مقابلہ میں ناقص

اوپر ناکافی غذا کھانے والی غریب طبقہ کی عورتوں کے دودھ کی روزانہ مقدار ایک تہائی ہوتی ہے ہندوستان میں پیدا ہونے والے بچہ کا وزن پیدائش کے وقت یورپین بچے سے کم تو ضرور ہوتا ہے لیکن یہ کمی کچھ زیادہ نہیں ہوتی اس لئے ہندوستانی اور یورپین بچوں کے لئے حال کی غذائی ضروریات میں کچھ زیادہ فرق نہیں ہوتا۔

ہندوستان کے غریب طبقہ کے بچے ایک سال کی عمر میں قد اور وزن میں دوسرے ملکوں کے معیار سے چھوٹے اور کم وزن ہوتے ہیں اور اس کی وجہ زیادہ تر یہی معلوم ہوتی ہے کہ ان کو کبھی معقول اور مناسب مقدار میں خوراک میسر نہیں آتی۔ ماں کے دودھ کی مقدار عمدہ خوراک کو مناسب مقدار میں بڑھانے سے کسی حد تک بڑھائی جاسکتی ہے لیکن غریب عورتوں کو یہ مشورہ دینا کہ انہیں زیادہ دودھ گھی اور سبزی وغیرہ کا استعمال کرنا چاہیئے کچھ زیادہ سود مند نہیں کیونکہ وہ تو ایسی چیزوں کو عام طور پر کافی مقدار میں خرید بھی نہیں سکتیں۔

ماں کے دودھ کی مقدار معلوم کرنے کے دو طریقے ہیں۔ ایک تو یہ کہ ہر مرتبہ بچہ کو دودھ پلانے سے پہلے اور اس کے بعد تول لیا جائے۔ دوسرا طریقہ یہ ہے ہر مرتبہ دودھ پلانے سے پہلے دودھ کو کسی صاف بوتل میں نکال کر وزن کر لیا جائے لیکن عملی طور پر ماں کے دودھ کے کافی مقدار میں ہونے کی سب سے بڑی پہچان یہ ہے کہ بچے کے وزن میں مسلسل اور معقول اضافہ ہو رہا ہے دودھ پینے سے پہلے اور دودھ پینے کے بعد بچے کے وزن کرنے سے دودھ کی مقدار کا اندازہ لگانے کی ضرورت صرف اسی حالت میں ہوتی ہے۔ جب بچہ ہر ہفتہ وزن میں چار پانچ اونس نہ بڑھ رہا ہو۔

اوپری دودھ

اگر ماں کا دودھ کم ہو تو بچے کی خوراک میں کسی دوسرے دودھ کو مناسب طور پر شامل کر لینا ضروری ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات بچہ کو ماں کا دودھ بالکل ہی نہیں ملتا اور اسے "بوتل کے دودھ" ہی پر پالنا پڑتا ہے۔ گائے کے دودھ کی (جسے عام طور پر ماں کے دودھ کے بدلے کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے) کیلوریائی یا حرارائی حیثیت عورت کے دودھ کے قریب قریب برابر ہوتی ہے۔ بکری کے دودھ کی کیلوریائی یا حرارائی حیثیت بھی قریب قریب وہی ہے بھینس کا دودھ جس میں چکنائی بہت ہوتی ہے فی اونس تیس حرارے مہیا کرتا ہے۔ جب بچہ کو ماں کے دودھ کے علاوہ کوئی دوسرا دودھ پلایا جائے تو اس میں جراثیم سے پاک کیا ہوا صاف پانی ضرور ملا لینا چاہیئے۔ گائے۔ بکری اور بھینس کے دودھ میں عورت کے دودھ سے زیادہ پروٹین ہوتا ہے۔ غالباً اسی وجہ سے ان جانوروں کے بچے انسانی بچوں سے بہت جلد بڑھ جاتے ہیں۔ اوپر کے دودھ کا پروٹین بچے کو اتنا موافق نہیں آتا۔ جتنا ماں کے دودھ کا پروٹین۔ گائے۔ بھینس یا بکری کے دودھ میں پانی کی مناسب مقدار ملا دینے سے پروٹین کی مقدار عورت کے دودھ کے پروٹین کی مقدار کے قریب قریب برابر ہو جاتی ہے۔ دوسری قابل توجہ بات یہ ہے کہ جانوروں کے دودھ کے مقابلہ میں عورت کے دودھ میں یوں بھی مٹھاس زیادہ ہوتی ہے۔ پھر جب اوپر کے دودھ میں پانی ملا دیا جاتا ہے تو اس کی مٹھاس ماں کے دودھ کی مٹھاس سے اور بھی کم ہو جاتی ہے۔ مٹھاس کی اس کمی کو پورا کرنے کے لئے عام طور پر بچوں کو دیتے وقت اوپر کے دودھ میں چینی یا کھانڈ ملانا پڑتی ہے۔

اگر بچہ کو ابتدائی چند دنوں ہی میں گائے کا دودھ پلانے کی ضرورت پڑے تو ایک حصہ دودھ میں دو حصہ پانی ملانا چاہیئے۔ پانی کی مقدار آہستہ آہستہ اس قدر کم کرنی چاہیئے کہ پہلے ہفتہ کے آخر میں دودھ

اور پانی برابر برابر ہو جائے اور چھ مہینے کے بعد صرف خالص دودھ ہی دیا جائے۔ کھانڈ کی مقدار روزانہ ایک چھوٹے چمچہ یعنی قریباً ۴ گرام سے آہستہ آہستہ بڑھا کر چھ ماہ میں ۱۰ چمچہ یعنی ۴۰ گرام تک پہنچ جانی چاہیئے۔ ابتدائی چند دنوں میں بچے کو تین چار مرتبہ روزانہ دودھ پلانا چاہیئے۔ اس کے بعد پہلے مہینہ کے آخر تک چھ مرتبہ روزانہ اور ایک مہینہ سے ایک سال کی عمر تک پانچ مرتبہ روزانہ دودھ پلانا چاہیئے۔ یہ نہایت لازمی ہے کہ بچوں کو جو دودھ دیا جائے اسے پہلے ابال لیا جائے اور وہ تمام برتن جو دودھ پلانے کے کام میں آتے ہیں روزانہ نہایت تیز گرم پانی میں صاف کر لئے جائیں۔

وٹامن یا حیاتین اور معدنی نمکیات

دوسرے مہینہ سے بچہ کی خوراک میں کسی نہ کسی صورت میں وٹامن سی یا حیاتیہ ج ضرور شامل ہونا چاہیئے اس کی کم سے کم روزانہ مقدار پانچ ملی گرام ہونی چاہیئے اسی مقصد کے لئے عام طور پر چائے کے ڈھائی چمچہ بھر نارنگی یا ٹماٹر کا رس کافی ہوتا ہے۔ پپیتہ اور آم کے رس میں بھی وٹامن سی یا حیاتیہ ج ملتا ہے۔

گو تندرست ماں یا گائے کا عمدہ اور خالص بغیر پانی ملا ہوا دودھ پینے والے بچہ کو مزید وٹامن اے یا حیاتیہ الف کی ضرورت نہیں ہوتی۔ لیکن عام حالات میں یہ مناسب ہے کہ بچوں کو پندرہ دن کی عمر سے روزانہ کاڈ لیور آئل یا "کاڈ مچھلی کا تیل" دیا جائے اور اس کی مقدار دو قطرے سے شروع کر کے آہستہ آہستہ دوسرے مہینے کے آخر میں چائے کے ایک چمچہ تک پہنچ جانی چاہیئے۔

کاڈ لیور آئل اسی لئے مفید ہے کہ اس میں وٹامن ڈی یا حیاتیہ د دیا جاتا ہے ہندستان کے بہت سے حصوں میں وٹامن ڈی یا حیاتیہ د بدن کو دھوپ کے اثر سے حاصل ہو جاتا ہے شمالی ہندوستان کے بعض حصوں میں جہاں عام طور پر بچوں کو سوکھے کی بیماری ہو جاتی ہے وٹامن ڈی کا استعمال نہایت ضروری ہے۔

پورے دنوں سے پہلے پیدا ہونے والے اور روگی بچوں کی خوراک میں فولاد مختلف طور سے دیا جا سکتا ہے۔ ایسے بچوں میں جنہیں نو مہینے سے زیادہ عرصہ تک صرف دودھ ہی پر پالا جاتا ہے خون کی کمی کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے جو غذا میں فولاد شامل کر دینے سے رفع کی جا سکتی ہے۔

بنے ہوئے دودھ کی مختلف قسمیں

بچوں کی خاص "غذائیں"

مختلف ملکوں میں آج کل ماں کے دودھ یا گائے کے تازہ دودھ کے بجائے ڈبہ کا دودھ اور دوسری مختلف قسم کی "بچوں کی غذائیں" استعمال کرانے کا رواج بڑھ رہا ہے۔ ہندوستان میں اگرچہ یہ رواج امیروں تک محدود ہے تاہم غریب طبقہ کے لوگ بھی بچوں کے لئے ڈبہ کا دودھ وغیرہ خریدتے ہیں۔ چونکہ خریدنے والے یہ سمجھتے ہیں کہ وہ بچوں کے لئے بہترین غذا خرید رہے ہیں اس لئے مناسب معلوم ہوتا ہے کہ وہ لوگ جو عوام کو غذا اور خوراک کے متعلق واقفیت بہم پہنچاتے ہیں۔ ایسی چیزوں کی کیفیت اور قدر و قیمت سے پورے پورے طور پر واقف ہوں۔

معجون جالی نوس لولوی

جالی نوس نے اس معجون کے سات فائدے لکھے ہیں (۱) قوت مردمی کو قائم رکھتی ہے اور خواہش کو مفید ہے (۲) گردہ اور دیگر اعضائے تناسل کے درمیانی عروق نیز مثانہ وانثیین کے حول واحلیل کو جو غلط کاری اور کثرت جماع سے پہونچ جاتے ہیں اور دوران خون میں مزاحم ہوتے ہیں انہیں اعتدال کے ساتھ کشادہ کرتی ہے اور اپنے ذاتی فعل نغوظ کو بیدار کرتی اور حالت طبعی تک پہونچاتی ہے (۳) پٹھوں میں قوت اور سختی پیدا کرتی ہے اور جوش قوت کو برقرار رکھتی ہے (۴) مرد کی عظمت کو قائم رکھتی ہے (۵) چہرے کا رنگ نکھارتی ہے اچھی مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے (۶) اسفل کی زائل شدہ قوت کا رفتہ رفتہ بدل پیدا کرتی ہے نیز ہر عضو کی کمزوری کے لئے نافع ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشہ سے ۷ ماشہ تک یہ معجون استعمال کی جائے۔ عمدہ بدرقہ یہ ہے کہ کشتہ طلا ۲ چاول یا ماء اللحم خاص مع آتشتہ کے ساتھ بشرطیکہ موسم سرما ہو۔ اگر گرمی یا برسات کا موسم ہو تو عرق بیدمشک ۵ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸ر)

دماغ کی یکسوئی

(از جناب حکیم عبدالقوی صاحب دریابادی لکھنوی)

عہد حاضرہ کے شور و ہنگامہ میں۔ اگر کسی کو دماغ کی یکسوئی کی نعمت حاصل ہو جائے تو اس کی خوش قسمتی کا کیا پوچھنا۔ ایسا آدمی بڑی سے بڑی ترقی کر سکتا ہے۔ اور زندگی کے ہر شعبہ میں کامیاب ہو کر رہتا ہے بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں۔ جو پیدائشی طور پر اس نعمت کے مالک ہوتے ہیں۔ اور جو کام بھی وہ کرتے ہیں۔ انتہائی توجہ و انہماک کے ساتھ۔ شور و غل اور طرح طرح کے مواقع پیش آئیں لیکن ان کے دماغ اور سکون اور یکسوئی میں فرق نہیں آتا۔ جن لوگوں کو پیدائشی طور پر یہ عمدہ چیز نصیب نہیں ہوئی اگر وہ مشق کریں تو تھوڑے عرصہ میں حاصل کر سکتے ہیں۔ اور مشق کو قائم رکھکر وہ اس کام میں مہارت حاصل کر سکتے ہیں۔ اور بام ترقی پر متمکن ہو سکتے ہیں۔

دماغ کی یکسوئی کی تعریف یہ ہے " کہ جو کام انسان کو پیش آئے وہ اور سب چیزوں سے قطع نظر کر کے تمام تر اس کام میں لگ جائے۔ خارجی عوارضات مثلاً شور و ہنگامہ اور نہ داخلی تاثرات و مرضی کیفیات مثلاً غم و الم ضعف دماغ اس کی یکسوئی میں ہارج و خلل انداز ہوں " خارجی مؤثرات بعض اوقات بالکل معمولی سے ہوتے ہیں۔ مثلاً ہم کمرہ میں بیٹھے کام کر رہے ہیں۔ دفعتہً ہوا کا ایک تیز جھونکا آگیا۔ کوئی بچہ زور سے رو پڑا۔ دفعتہً کسی نے آواز دی۔ کمرہ میں چراغ جلتے جلتے دفعتہً گل ہو گیا وغیرہ اور ساری توجہ و یکسوئی رخصت ہو گئی۔

جس شخص کا دوران خون اچھی طرح نہیں ہوتا۔ اور اس کے نتیجہ میں اس کے ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہا کرتے ہوں، تو ایسے شخص کو اپنے دماغ کو یکسو کرنے اور اپنی توجہ کو کسی متعین کام پر مبذول کرنے میں بڑی

جس وقت پیش آتی ہے۔ ایسے شخص کو فوراً دورانِ خون درست کرنے کی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں اور رفتہ رفتہ قوائی ذہنی کو ترقی دے کر یکسوئی حاصل کرنی چاہیئے۔ ورزش اس سلسلہ میں خصوصاً پیدل چلنا بہت مفید ثابت ہوگی۔ علاوہ اس کے شحمی اغذیہ کا زیادہ استعمال، تاکہ خون میں گرمی پیدا ہو بھی مفید ہے۔

شہر کے بڑے بڑے دفتروں میں۔ تجارتی کوٹھیوں میں۔ جہاں ہر قسم کے تجارتی کاروبار ہوتے ہیں۔ اکثر کمرے اس قسم کے ہوتے ہیں۔ جہاں ہر قسم کے خارجی اثرات مثلاً ہوا کے جھونکے شور و غل یکساں پہنچکر دفتر والوں خصوصاً غریب کلرکوں کے توازن دماغ کو ابتر اور ہوش و حواس کو مختل کرتے ہیں۔ اگر دفتر کے مالک حضرات، ان نقائص کو دُور کر کے ان دفاتر کو خارجی موثرات سے پاک کر دیں۔ (مثلاً ہوا کے جھونکوں کی روک کے لئے، دروازوں پر پردے لگا دئے جائیں وغیرہ) تو ان پر ان کا جو کچھ روپیہ صرف ہوگا وہ بہت جلد وصول ہو جائے گا۔ کیونکہ اس سے دفتر کے عملہ کو پریشان دماغی سے نجات مل جائے گی اور وہ پوری دماغی یکسوئی کے ساتھ دفتر کے کام کو کم مدت میں اور پہلے سے کہیں زیادہ اچھے طور پر انجام دے سکے گا۔

بعض بڑے لوگوں، خصوصاً کاروباری اور دفاتر و محکمہ جات کے ہیڈ صاحبان دماغی یکسوئی سے محروم ہوتے ہیں۔ وجہ یہ ہوتی ہے کہ ان کے سامنے کاموں کا ایک انبار رہتا ہے ایک کام کرتے جا رہے ہیں اور ساتھ ہی دوسرے بیسیوں کاموں کا دھیان لگا ہوا ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ کوئی کام بھی دل لگا کر نہیں ہونے پاتا۔ اس آفت سے نجات پانے کا طریقہ یہ ہے کہ اپنے روزمرہ کام کی ایک فہرست ہر روز بنالی جائے۔ اور جہاں تک ممکن ہو۔ اس میں سے ہر کام کے لئے ایک محدود وقت مقرر کر دیا جائے۔ یہ طریقہ ان بڑے کاروباریوں کے لئے خاص طور پر سود مند ہے۔ جو کام کی کثرت کو دیکھکر یہ اندیشہ کرنے

سمجھتے ہیں کہ اگر ہم نے خود ان سب کاموں کو کیا، تو دل نہ لگنے اور دماغی یکسوئی نہ ہونے کے باعث کام خراب ہو جائے گا۔ اور یہ سوچ کر وہ سارا کام، بجائے خود کرنے کے، ماتحت اور قلیل تنخواہ اور معمولی قابلیت والے کلرکوں کے حوالہ کر دیتے ہیں، حالانکہ ماتحت عملہ کو محض روزمرہ کے رسمی اور معمولی کاموں کے لئے اور کوئی کام نہ دینا چاہیئے۔ بڑے اور اہم کام جن میں عالمانہ شان پائی جاتی ہو۔ وہ بذات خود مالک کارخانہ یا سر دفتر (بیڈ آف دی ڈیپارٹمنٹ) کو انجام دینی چاہیئے۔ کیونکہ بغیر اس کے یہ کام اچھے ہو ہی نہیں سکتے کاروباری حضرات، اگر اپنے اہم کاموں کی روزانہ ایک فہرست بنالیں۔ اور کام کرتے وقت اس کو پیش نظر رکھیں۔ تو نہ صرف کام آسان ہو جائے گا۔ بلکہ وہ ترقی کی نئی تجاویز سوچ سکیں گے۔ اور ان کو عملی شکل بھی دے سکیں گے، ایک اچھا پرائیویٹ سکرٹیری جتنا ان کا ہاتھ بٹا سکتا ہے قریب قریب اتنا ہی یہ فہرست بھی مدد دے سکتی ہے۔

وہ لوگ جن کو دماغ کے یکسو نہ ہونے، اور کام میں توجہ نہ لگنے کی کیفیت ہوتی ہے۔ بالعموم ان کی نظر کمزور ہوتی ہے یا وہ تھوڑا سا کام کرنے پر جسم میں خصوصاً سر میں درد اور دھمک کی شکایت کرتے ہیں، ایسی حالت میں اگر وہ کسی ماہر معالج کے پاس جائیں، تو ان کی یہ شکایات دور ہو جائیں گی۔ جب تک ان اسباب کو دور نہ کیا جائے گا۔ دماغ کی یکسوئی اور فارغ البالی نصیب نہیں ہو سکتی، بڈھے اور عمر رسیدہ اشخاص عموماً تھوڑی دیر سے زیادہ یکسوئی قائم نہیں رکھ سکتے، اگر وہ زیادہ سوچ بچار کریں اور دماغ کو ایک طرف لڑائیں تو عموماً ان کا جی متلانے لگتا ہے، اور سر میں درد پیدا ہو جاتا ہے، ایسی حالت میں انہیں فوراً دو گھنٹہ آرام کر لینا چاہیئے۔ اس آرام سے دماغ میں نئی تازگی پیدا ہو جائے گی، اور وہ کار متعلقہ میں اچھی طرح مصروف ہو جائے گا۔ اوسط درجہ کی دماغی قوت رکھنے والے نوجوان اگر دماغ کی یکسوئی نہ ہونے کی شکایت کریں، تو اس کا سبب یا تو یہ ہوگا کہ جو کام وہ کر رہے ہیں۔ وہ

ان کی مرضی کا نہیں۔ اس لئے دماغ کا رجحان اس کی طرف نہیں ہوتا۔ یا اس کا سبب یہ ہوگا کہ ان کو عصبی اختلال (Nervous breakdown) کی شکایت یا تو ان کو شروع ہو چکی ہے یا عنقریب ہونے والی ہے، پہلا سبب کثیر الوقوع ہے، ایسی صورت میں علاج بہت آسان ہے۔ یعنی اس (ناپسندیدہ) کو چھوڑ کر کوئی پسندیدہ اور مرغوب الطبع کام اختیار کر لیا جائے۔ لیکن اگر دوسرا سبب اس شکایت کا موجب ہے یعنی عصبی اختلال، تو اس کے ساتھ دوسری علامات بھی ملیں گی۔ مثلاً فکر و پریشانی بے خوابی بلاوجہ خوف اور بے بنیاد شبہات وغیرہ، ایسی حالت میں ضرورت ہے کہ سب کام چھوڑ کر ایسی جگہ جہاں تازہ ہوا میسر ہو، کچھ دنوں مکمل آرام کیا جائے، اس تدبیر سے یہ عصبی شکایت دور ہو جائے گی۔ (ترجمہ)

(بقیہ صفحہ ۳۲) —— جس کے چہرے پر ڈاڑھی اور مونچھوں کے چند بال نمودار ہو جائیں۔ ایسی عورتوں کے خصیۃ الرحم مرجھائے ہوئے اور نشو و نما سے محروم ہوتے ہیں۔ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ عورتوں کے چہرے پر بال اس وقت نکلتے ہیں جب وہ سن ایاس کو پہنچ جاتی ہیں۔ کیوں کہ اس عمر کو پہنچنے کے بعد خصیۃ الرحم زوال پذیر ہو جاتے ہیں۔

اس حقیقت سے کسی طرح انکار نہیں کیا جا سکتا کہ مردانہ اور زنانہ صنفی درون افراز غدود مردوں اور عورتوں کی تن درستی اور حسن و صورت پر بڑا زبردست اثر اور اقتدار رکھتے ہیں خواہ وہ کسی ملک اور کسی آب و ہوا کے اندر رہنے والے ہوں۔

اُبھر رہا ہے جوش دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

ماہوار طبی رسالہ

چشمۂ حیات دہلی

نمبر (۵)	بابت ماہِ نومبر سنہ ۱۹۴۳ء	جلد (۹)

غذا اور تندرستی

(از جناب محمد سلطان صاحب بخاری ایم، ایس، سی، ایل، ایل، بی (علیگ)

کبھی نہ کبھی شہری زندگی بسر کرنے والے کو بھی دیہات میں جانے کا اتفاق ہو ہی جاتا ہے اور نفاست پسند اصحاب کو گاؤں کے نام سے ہی پھریری آجاتی ہے۔ وہاں کی غلاظت اور گندی ہوا، کیچڑ، پانی، اور اس پر مچھروں کا بھنبھنانا، برسات میں گوبر اور لید کی نہریں بہنا ان سب کا نقشہ ان کی آنکھوں کے سامنے پھر جاتا ہے اور وہ تعجب کرتے ہیں کہ ایسی مکدر ہوا میں یہ گاؤں والے اپنی صحت کیسے قائم رکھ سکتے ہیں؛ یہی نہیں بلکہ شہریوں کی نسبت زیادہ توانا اور تندرست ہوتے ہیں!

اکثر اس خیال سے دل بہلا لیتے ہیں کہ دیہاتیوں کی طرز زندگی ہی ان کی صحت کا راز ہے۔ ہمیشہ گندگی میں رہنے سے گندگی ان کی زندگی کا ایک جزو بن گئی اور جسمانی محنت اور مشقت نے ان کے اعضا کو سخت بنا دیا ہے۔

برخلاف اس کے شہری لوگوں کو جو لا تعداد قسم کی بیماریاں آکر گھیر لیتی وہ اُن کو نوعیت اور طرز معاشرت پر محمول کرتے ہیں۔ مگر اسباب پر بہت کم اصحاب غور کرتے ہیں کہ خرابیٔ صحت کا انحصار محض ان کی غذا پر ہوتا ہے۔ خون کے دباؤ کے محققین غذا کی موزونیت پر بہت زور دیتے ہیں۔ غذا ایسی ہونی چاہئے کہ جس سے نہ زیادہ دوران خون پر زور پڑے اور نہ کثافت پیدا ہو۔ ایسے خراب خون کے دوران کو برقرار رکھنے کے لئے کافی طاقت صرف ہوتی ہے اور یہی خون کے دباؤ کا باعث ہوتا ہے۔ ایسے مریضوں کو چاہئے کہ وہ اپنے اس جسمانی بوجھ کو ہلکا کرنے کی کوشش کریں۔ اور دانشمندی اسی میں ہے کہ معمولی باتوں پر دماغ نہ کھپائیں۔ دماغی کام کم کریں۔ کھلی ہوا میں ورزش کریں۔ غرض ہر ممکن طریقہ سے اپنے رگ پٹھوں کو ان کے صحیح فعل کرنے میں مدد دیں۔

جان ہنٹر (John Hunter) کا قول ہے کہ اس کی زندگی ہر اُس شخص کے رحم و کرم پر ہے جو اس کو ذرا ستانا چاہے۔ اور یہی کیفیت بہت کم معروف اشخاص کی ہے۔ موجودہ تہذیب کی پیدا کردہ پریشانیاں، لاینحل مراحل، اور گوناگوں تفکرات

و تکالیف انسان کی صحت کے لئے سم قاتل کا اثر رکھتے ہیں اور خون کا دباؤ ایک عام عارضہ ہو گیا ہے اس کے علاوہ مہذب انسان کی خوراک بھی قدرتی غذا کی آسان موزونیت سے ہٹ گئی ہے۔ اور مہذب ممالک کے بیشتر باشندے ایسی غذا کھاتے ہیں جس میں سے اہم ترین جزو نکال لئے گئے ہوتے ہیں۔ مشین کی تیار کردہ اشیاء مثلاً قند، آٹے وغیرہ میں سے مفید جزو (Vitamin) اور ہاضم نمک تقریباً سب نکل جاتے ہیں اور بغیر ان اجزاء کے سہارا زندہ رہنا ایسا ہی ہے جیسے بے تیل کے چراغ جلانا۔

مشین سے تیار کردہ قند اور آٹے وغیرہ کے اثرات پر تمام ڈاکٹر متفق الرائے ہیں کہ اُن سے سانس کی نلی اور کھانے کی نلی دونوں خراب ہو جاتی ہیں اور صحیح الحالت گلے خال خال پائے جاتے ہیں۔ ایک اسکول کے سو طلباء کا معائنہ کرنے پر معلوم ہوا کہ اُن میں سے ایک کا بھی گلا صحیح حالت پر نہ تھا۔ خراب گلا بیماری کے کیڑوں کے لئے گھونسلے کا کام دیتا ہے جس میں وہ نشوونما پاتے ہیں۔ اور آدمی چھوت کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں کا شکار ہو جاتے ہیں۔ موجودہ زمانے کے بیشتر امراض کا راز دراصل انہیں خراب گلوں کی شکایتوں میں مضمر ہے۔

اشیائے خوردنی کو غیر قدرتی طور سے تیار کرنے سے وٹامن اور ہاضم اجزاء ضائع ہو جاتے ہیں۔ وٹامن اے (حیاتین الف) بھی نہیں رہتا۔ حالانکہ یہ چھوت کی بیماریوں کا زبردست دافع ہے۔

تازہ دودھ، انڈے، سبزی اور پودوں کی کونپلوں میں وٹامن کافی مقدار میں پائی جاتی ہے۔ مچھلی کے تیل میں بھی وٹامن اے بہت پائی جاتی ہے۔ مثلاً مکھن کی بہ نسبت ڈھائی سو گنا لیکن تیل کی صفائی میں وٹامن کا کافی حصہ ضائع ہو جاتا ہے۔ گوبھی، مچھلی، اور ٹماٹر میں وٹامن اے بہت پائی جاتی ہے۔

ڈاکٹر جارج کے۔ ربٹ نے ایک مقالہ غذا کی موزونیت خوراک پر لکھا ہے جس میں انہوں نے قدرتی غذا کی خوبیاں بیان کی ہیں۔ مغربی افریقہ کا ایک حکیم لکھتا ہے کہ مجھے یہاں پر صرف دو مریض (Appendicitis) کے ملے اور یہ دونوں اپنے قبیلوں کے سردار تھے۔ جنہوں نے مغربی طرز معاشرت اختیار کر رکھا تھا اور صاف شدہ غذا کا استعمال کرتے تھے۔ مرض (Cancers) سے یہ علاقہ بالکل غیر آشنا ہے۔

ایک انگریزی ڈاکٹر رقمطراز ہے کہ مجھے اپنے فرائض کی انجام دہی کے سلسلہ میں تقریباً ۹ سال ہمالیہ کے ایک غیر معروف گوشے میں رہنا پڑا۔ تہذیب و تمدن یہاں سے کوسوں دور تھی۔ اور ہزار میں سے ایک نے بھی چاکلیٹ یا ڈبہ کا دودھ نہ دیکھا ہوگا۔ اس ملک میں تمام سال میں بھی اتنی قند نہ آتی ہوگی جتنی کہ ولایت کے ایک معقول ہوٹل میں روزانہ خرچ ہو جاتی ہوگی۔

ڈاکٹر مذکور نے ہزارہا سفید چوہوں پر تجربہ کیا کہ ان کی خوراک کا ان کی صحت پر کیا اثر پڑتا ہے۔ چنانچہ وہ اس نتیجے پر پہنچے کہ سائنٹیفک اعتبار سے موزوں غذا ان پر کوئی بُرے اثرات نہیں رکھتی۔ مگر عام مہذب انسان کی غذا سے چوہوں کو متعدد امراض نے آ گھیرا۔ مثلاً نمونیہ، سینے میں بلغم، پیٹ کا پھولنا وغیرہ وغیرہ۔ مجموعی صورت سے ان چوہوں کو ۱۳ مختلف اعضا میں ۱۷ قسم کی بیماریاں ہوئیں۔ اور یہ سب ناقص غذا کے سبب سے۔

غذا کے مختلف اثرات کا مشاہدہ کرنے کے بعد ڈاکٹر موصوف کا بیان ہے کہ چوہوں کے لئے سب سے زیادہ جو غذا مضر ثابت ہوئی ہے وہ گیہوں کی روٹی، چائے، چینی، جام (Jam) ٹھنڈا گوشت، اور خوب پکی ہوئی مگر تھوڑی سی ترکاری پر مشتمل تھی۔ کیا یہی ہماری عام غذا نہیں؟ چینی اور مشین کے آٹے میں وٹامن اور ہاضم نمک خاص طور سے مفقود ہیں۔ اور ان کے بُرے اثرات اس درجہ یا کھانڈ کی زیادتی کی وجہ سے نہیں بلکہ وٹامن اور نمک کی غیر موجودگی سے ہوتے ہیں۔ حالانکہ ان کا باقی ماندہ اجزا سے کم سے کم ۹۵ فی صدی زیادہ ہونا ضروری خیال کیا جاتا ہے۔ چنانچہ اتنی غیر موزونیت اپنا رنگ لاتی ہے۔ دس مختلف امراض جسم کے علاوہ دانت گل جاتے ہیں، مسوڑھے خراب ہو جاتے ہیں۔ جلد کی بیماریاں بھی عود کر آتی ہیں۔ چھوت کی بیماریاں پیدا ہونے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ گلے کی بیماریاں اور غالباً (Diabetes) کی جڑ بھی یہی ہے۔ وٹامن اور نمک کی بہت زیادہ کمی سے بانجھ پن یا اسقاطِ حمل کے امراض نمودار ہو جاتے ہیں۔

امریکہ کے اصلی باشندے بھی مغربی خوراک کھانے کے باعث مغربی امراض میں مبتلا ہو گئے۔ مہذب ممالک کی غذا کھاتے ہی اسکیمو بھی بُرے اثرات سے نہ بچ سکا۔ اور بالخصوص بچوں کے دانت اور مسوڑھے بہت جلد خراب ہو گئے۔

غیر قدرتی کھانوں سے جو بیماریاں منسوب کی جاتی ہیں وہ اکثر بہت جلد ظاہر ہو جاتی

ہیں۔ مگر چند امراض مثلاً خون کا دباؤ، دل کا بڑھنا یا گھٹنا، اور وہ خوف ناک بیماریاں کہ جن کا تعلق kidneys سے ہوتا ہے عموماً رفتہ رفتہ ظہور میں آتی ہیں۔ اور مریض کو کافی عرصے تک ان کا علم نہیں ہوتا۔ اور اتنے عرصہ میں کہ مریض مرض سے آگاہ ہو مرض جڑ پکڑ لیتا ہے اور پھر بڑی مشکل سے رفع ہوتا ہے۔ ہاں غذا کی روک تھام اور روٹی کا زیادہ استعمال ان بیماریوں کو زیادہ بڑھنے سے روک دیتا ہے۔ گزشتہ صدی میں ایسے امراض سے اموات کی تعداد بہت بڑھ گئی چونکہ یہ امراض عموماً موروثی ہوتے ہیں۔ کرے کوئی اور بھرے کوئی والا مضمون ہے دادا کی حرکتوں کا خمیازہ پوتے کو بھگتنا پڑتا ہے۔ اگر بچپن ہی سے غذا پر غور کیا جائے تو شاید یہ بیماریاں ورثے میں نہ آئیں۔

ذکر کیا جا چکا ہے کہ بہت سے نیم وحشی اقوام کے افراد جو قدرتی غذا کھاتے ہیں وہ بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ اس لئے خون کے دباؤ کے سلسلہ میں بہت سے ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ اس کا مریض گوشت وغیرہ کے تیزاب کو ہضم نہیں کر سکتا۔ مگر ایسی غذا کھانے سے جو جسمانی تیزاب کے اثر کو زائل کر سکے یہ شکایت دور ہو سکتی ہے مثلاً سیم کی پھلیاں، آلو، پھل، سبز ترکاریاں، کھجور، کیلا، دودھ وغیرہ۔ ان غذاؤں میں پکنے کے بعد الکلی کا جزو باقی رہتا ہے اور برخلاف اس کے گوشت، مچھلی، انڈے، روٹی، پنیر اور دال، میں پکنے کے بعد تیزاب کا جزو باقی رہتا ہے اور ان تمام اشیا میں جب کہ یہ خام حالت میں ہوں الکلی اور تیزاب کی مقدار تقریباً برابر ہوتی ہے۔ اسی لئے جو اقوام قدرتی غذائیں کھاتی ہیں وہ بیماریوں کے جھنجھٹ سے بالکل پاک و صاف رہتی ہیں ✦

(بقیہ صفحہ) ــــ اسی طرح کے متعدد تجربات کلیولینڈ اور ڈاکٹر آدرلی نے بھی کئے ہیں اور ان کا بیان ہے کہ خون میں شکر کی اس زیادتی کے باعث چند ایسے تیزاب پیدا ہو جاتے ہیں جو جسمانی صحت کے لئے بے حد مضر اور تباہ کن ہے ✦ اس طرح جدید سائنس نے بھی ثابت کر دیا کہ ہمارے روحانی رہنماؤں کا قول و عمل حرف بہ حرف صحیح ہے اور امنسا جو ڈر اور غصہ کے فقدان کا دوسرا نام ہے انسان کی صحت کے لئے نہ صرف مفید ہے بلکہ تندرستی اور حیات میں اضافہ کرتا ہے اپنی ذات پر اعتماد کرنا خوف و ہراس اور غم و غصہ کو دل سے نکال دینا، اور مخلوق خدا کے ساتھ ہمدردی و محبت کے جذبات پیدا کرنا صحت اور مسرت کا سرچشمہ ہے اور وہ قوم جو سب سے پہلے اس صفت کو اپنے تمدن میں داخل کرے گی تعمیری اور تخلیقی کاروائیوں میں تمام دوسری قوموں پر فوقیت حاصل کرے گی ✦

نظامِ جسمانی پر خوف اور غصّہ کا اثر

علم کی دو قسمیں ہیں، ایک علم وہ ہے جو براہ راست خدا کی طرف سے انسان کو عطا کیا جاتا ہے اور دوسرا وہ ہے جو خود انسان اپنے تجربات سے حاصل کرتا ہے۔ اول الذکر علم پیغمبروں، اوتاروں، رشیوں اور روحانی رہنماؤں وغیرہ کے لئے مخصوص۔ اور مؤخر الذکر علم کا حاصل کرنا ہر فن سائنس کا کرشمہ ہے۔ پیغمبرؑ، اوتار یا رُوحانی رہنما اپنے قدرتی علم، شاہدہ اور عمل کے ذریعہ حقیقت اور سچائی کی شہادت دیتا ہے۔ سائنس داں عقل اور آلات کے ذریعے اسی کا ثبوت پیش کرتا ہے۔ حقیقت ہر حال میں حقیقت ہے صرف اس کو تلاش کرنے اور اس کو پالینے کے ذرائع جدا گانہ ہیں۔

دنیا اس کو تسلیم کرتی ہے کہ موجودہ زمانے میں اہنسا کے سب سے بڑے عامل گاندھی جی ہیں۔ اہنسا کے فلسفہ کی جیسی صاف اور نمایاں تشریحیں مہاتما جی نے اپنی تحریروں، تقریروں اور عملی زندگی کے ذریعہ کی ہیں وہ محتاج بیان نہیں ہیں۔ تلاش حق کی جو راہ انہوں نے اختیار کی وہ ابتداء سے انتہا تک اہنسا کا ایک ایسا روشن کارنامہ ہے جس کی مثال دنیا کی تاریخ میں مشکل سے ملتی ہے۔ یہ ایک مسلمہ امر ہے کہ حقیقی اچھائی ایک ایسی خالص شے ہے جس کے تمام پہلو فائدے ہی فائدے سے لبریز ہیں اور رُوح اور جسم کا تعلق ایسا ہے کہ ہر وہ چیز جو رُوح کے لئے مفید ہے جسم کے لئے بھی ضرور مفید ہوتی ہے۔

اہنسا کے عامل کی ایک ضروری صفت یہ ہے کہ وہ خوف اور غصّے کے جذبات پر قابو حاصل کرے اور اُن انسانی یا یُوں کہئے کہ حیوانی کمزوریوں سے ہمیشہ کے لئے آزاد ہو جائے۔ کسی رُوحانی رہنما کے پاس سائنس اور طب کے آلات نہیں ہوتے۔ وہ جب آفتاب کو دیکھتا ہے تو اسے قدرت کا بہترین اور سب سے زیادہ روشن مظہر سمجھتا ہے۔ اور آفتاب جس طرح حیوانات، نباتات، جمادات کو زندگی اور نشو و نما دیتا ہے اُسے وہ اپنے مشاہدے سے محسوس کر لیتا ہے لیکن ماہر سائنس آفتابی شعاعوں کے کیمیاوی اجزاء کا پتہ لگا کر اس فیض رسانی کے اسباب و دلائل پر روشنی ڈالتا ہے۔ گاندھی جی نے اہنسا کا عمل کر کے اس کے روحانی اور جسمانی فوائد دنیا کو بتلا دیئے۔ اب امریکہ کے دو سائنس دانوں نے اہم عملی تجربات سے یہ ثابت کیا ہے کہ اہنسا کا عمل جسمانی صحت کے لئے نہایت مفید ہے اور غصہ اور خوف کی حالت میں خون کے اندر بعض ایسے کیمیاوی اجزاء پیدا ہوتے

ہیں جو صحت کے لئے بے حد مضرت رساں ہیں اور یہی جذبات اگر مسلسل اُبھرتے رہیں تو صحت کو تباہ کرکے انسان کو موت سے قریب تر کر دیتے ہیں۔

ہارورڈ میڈیکل اسکول کے پروفیسر ڈاکٹر والٹر کینن نے پچھلے چند سال میں اس سلسلہ کے نہایت ہی دل چسپ تجربات کئے ہیں۔ اس کی مختصر تشریح یہ ہے :- انسان کے دونوں گردوں کے اوپر چنے کے دانے کے برابر دو چھوٹے چھوٹے غدود ہوتے ہیں جن میں سے ایک مادہ خارج ہوتا ہے جسے طبی اصطلاح میں "ایڈرانیلین" Adrenalin کہتے ہیں۔ جب یہ دوران خون میں مل کر جگر میں پہونچتا ہے تو وہاں گلائکوجن کا جو ذخیرہ موجود ہوتا ہے اسے فوراً شکر میں تبدیل کر دیتا ہے اور یہ شکر خون میں شامل ہو کر شریانوں کے ذریعہ جسم کے تمام حصوں میں پہونچ جاتی ہے، اور رگ پٹھوں میں بہت زیادہ کھنچاوٹ پیدا کر دیتی ہے۔

تین دلچسپ تجربات

ڈاکٹر کینن نے ایک تندرست بلی کے جسم سے خون کے چند قطرے نکالے اور کیمیاوی تشریح سے پتہ لگالیا کہ خون میں شکر کی معمولی مقدار موجود ہے، اس کے بعد بلی کو ایک پنجرے میں رکھ کر اس کے سامنے ایک کتا لائے جو بلی کو دیکھ کر بھونکنے اور اس پر حملہ کرنے لگا، بلی بھی غرانے اور پنجے مارنے لگی اور خوف و غصہ کے تمام آثار اس میں پیدا ہوگئے۔ اسی وقت بلی کے جسم سے پھر چند قطرے خون نکالے گئے جس کو جانچنے سے معلوم ہوا کہ ڈر اور غصہ کے باعث خون میں شکر کی مقدار بہت زیادہ ہوگئی ہے۔

اسی طرح ڈری ہوئی اور غصہ میں بھری ہوئی بلی کے جسم کا جب "ایکس ریز" کے ذریعہ معائنہ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ ہاضمے کا تمام اندرونی عمل رُک گیا ہے اور جو ہاضم عرق بعض غدود سے خارج ہوتے رہتے ہیں اُن کا نکلنا بھی قطعًا بند ہوگیا ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ انتہائی غم، غصہ یا خوف کی حالت میں تمام گرم خون والے جانداروں کی جن میں انسان بھی شامل ہے۔ زبان اور تالو وغیرہ کیوں خشک ہوجاتے ہیں؟ اور جو لوگ ہمیشہ غم و غصہ میں مبتلا رہتے ہیں وہ ضعفِ معدہ کے مہلک مرض میں کیوں کر مبتلا ہوجاتے ہیں؟

تیسرا تجربہ ڈاکٹر کینن نے خود اپنے اسکول کے طلباء پر کیا پہلے تو حالتِ اعتدال میں اُن کے جسم سے خون کے چند قطرے لئے۔ پھر طلباء سے کہدیا کہ کل تم لوگوں کا بہت سخت امتحان لیا جائے گا۔ اس ڈر اور پریشانی کا یہ اثر ہوا کہ دوسرے روز ان لڑکوں کے خون میں شکر کی بہت زیادہ مقدار پائی گئی اور بعض لڑکوں کو ہاضمے کی عارضی خرابی کی شکایت بھی پیدا ہوگئی۔ (بقیہ ص پر)

نیند

(جناب حکیم شیخ محمد ذکی صاحب قریشی دہلوی)

نیند کائنات قدرت کے نہایت عاقلانہ و مدبرانہ قوانین کا عطا کردہ وہ بیش بہا عطیہ ہے جس میں صد ہزار آرام مضمر اور ہزاروں رنگینیاں پوشیدہ ہیں۔ یہ نیند وہ تحفۂ بے بہا ہے کہ جس کے بغیر دنیا میں گذارہ مشکل بلکہ ناممکن ہے۔ چونکہ یہ ساری دنیا کو راحت کے خوب صورت آغوش میں پہونچانے والا ثابت ہوا ہے۔ اس کے باعث اس سے ہر ذی روح خوش ہے۔ نیند مریض کو تسکین دے، غمزدہ کو رونے سے باز رکھے، تباہ شدہ انسان کو فکروں سے نجات دے، صاحب ثروت کے عیش میں چار چاند لگائے، معصوم بچوں کی شرارت کو خاموشی میں تبدیل کردے، طلبار کو پُر شور زندگی سے باز رکھ کر سکون سے ہمکنار کردے، جانوروں کو محنت سے آزاد کردے غرضیکہ یہ اپنے دوران حکومت میں دنیا کو آرام پہونچانا ہی اپنا فرض عین خیال کرتی ہے۔ اس نیند نے اپنی اس حسین ادا سے عالم کو مسحور بنالیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جب شام کا خوب صورت خورشید دنیا پر اپنی اخیر سلگجی شعاعیں ڈالتا ہوا افسردہ رخصت ہوتا ہے تو مخلوق اس کے جانے سے کیسی خوش اور کس قدر مسرور ہوتے ہوئے شب کے استقبال کے لئے کس خلوص و عقیدت سے تیار ہوتی ہے۔ کیونکہ ان کے آرام و راحت کا راز اسی میں پنہاں ہے اور وہ اس نعمت کے تمنائی۔ واقعی حسین ادا نیند ایک ایسا راحت بھرا تحفہ ہے جو آرام کے گہواروں میں پہونچاتا ہے۔

اس کا قاعدہ یہ ہے کہ قوت حیات کی رو کو جو شب و روز چل رہی ہے اس کا خرچ کم کردے اور اسے حد اعتدال پر لے آئے۔ اگر نیند ہماری روزانہ سرگرمیوں کا رکردگیوں اور جسم کی اندرونی شکست و ریخت کی تلافی نہ کرے تو انسان کا پیمانۂ حیات بہت جلد لبریز ہو جائے۔ ایک فلسفی نے کہا ہے کہ انسان سے امید اور نیند چھین لو۔ بس پھر اس سے بڑھ کر بدبخت روئے زمین پر نظر نہیں آئے گا۔

کتنے نادان ہیں وہ لوگ جو یہ خیال کرتے ہیں کہ ہم جتنا کم سوئیں گے ہماری زندگی اتنا ہی طویل ہوگی۔ اس میں شک نہیں کہ کم سونے سے وہ اپنی حیات مستعار کے زیادہ لمحے آنکھیں کھول کر گذار دیں گے لیکن صحیح معنوں میں زندگی کا لطف نہ اٹھا سکیں گے۔ وہ تازگی اور دل و دماغ کی

قوت جو گہری اور طویل حسین ادا نیند کے بعد پیدا ہوتی ہے ایسے نادان شخصوں سے دور رہتی ہے بلکہ ان کے تخیل میں کوئی شگفتگی اور کاموں میں کوئی چستی چالاکی نظر نہ آئے گی۔ اکثر لوگ حسین ادا نیند کی قدر و قیمت سے بخوبی آگاہ نہیں۔ لیکن انہیں یاد رکھنا چاہیئے کہ نیند کا فقدان ہمارے شعلۂ حیات کو جلد جلا کر ہمیں پیش از وقت ضعیف اور کمزور بنا سکتا ہے۔

اس کے مقابلے میں اگر حسین ادا نیند کے جسمانی فوائد دیکھنے چاہتے ہیں تو یہ دیکھیں یہ نیند زندگی کی سرگرمیوں اور قوت حیات کے ضایع کو ملتوی کرتی ہے۔ رُوح کو قوت بخشتی ہے، اور جو کچھ دن بھر میں تحلیل ہو چکا ہے اس کا بدل پیدا کرتی ہے۔ آنکھ بند کرتے ہی یہ ایسے عجائبات دکھلاتی ہے جن کو ہماری آنکھوں نے عالم بیداری میں بھی کبھی نہ دیکھا ہو یعنی جب حسین ادا نیند خوشنما سایہ ڈال کر محو بنا چکتی ہے تو وہ ہم کو خیالات کے اس مشہور تھیٹر میں لے جاتی ہے جس میں سازو سامان سے آراستہ فلم دکھلاتی ہے جس کو ہم لوگ صبح کو خواب سے تعبیر کرتے ہیں۔ اس فلم سے نتیجہ خیز انسانوں کی طرح سبق ملتے ہیں یا وہ صرف تفریح طبع کا سامان ہی ہوتے ہیں اب آپ لوگ سمجھ گئے ہوں گے کہ میرا مطلب انسانوں کے دل میں اچھے خیالات قائم کرنے سے ہے کیونکہ اچھے خواب دیکھنا اچھے خیالات قائم کرنے میں مضمر ہیں۔ کیونکہ زمانے کا دستور ہے کہ جیسا بیج بوئے اس پھل کی امید رکھے، بس یہی حال خواب کا ہے اگر چہ آپ کا خیال باورچی خانہ، سینما اور فٹ بول کے میدان کا ہے تو آپ رات کو بھی اپنے آپ کو اس کے تحت کوئی کام کرتے دیکھیں گے۔ یہ تو آپ کو معلوم ہی ہوگا کہ خیالات کا اثر زندگی اور حسین ادا نیند پر بہت پڑتا ہے لیکن پھر بھی ہم کو شکایت رہتی ہے کہ ہم کو رات کو نیند نہیں آئی اور اگر آتی بھی ہے تو خوفناک خوابوں کے ساتھ جس سے سکون حاصل نہیں ہوتا، بلکہ ان کے آنے کی خوشی خوف سے بدل جاتی ہے اور ہونی بھی چاہیئے کیونکہ ان کے دل میں افسردگی غم، فکر میں خانہ داری کے جھگڑوں کا خیال ہر وقت دل میں رکھنا جس سے آرامگاہ یعنی دماغ کو کسی وقت بھی پژمردہ خیالوں سے باز نہیں رکھتے، جن سے کہ نیند کو سخت مخالفت ہے۔

برابر جاگنا جسم کے اندر حیات کش اسباب پیدا کرتا ہے، قوت حیات اور اعضاء کی طاقت کو ہر آن خرچ کرتا ہے یہاں تک کہ شعلۂ حیات کو تیزی سے جلا کر جسم کو آرام کا موقع نہیں دیتی۔ لیکن ان باتوں سے ہم کو اپنے دل میں یہ خیال نہ کر لینا چاہیئے کہ نیند جتنی طویل ہوگی اتنی ہی قوت حیات کو تقویت، اور عمر میں زیادتی ہوگی۔ نہیں ہر گز نہیں: اعتدال کی حکمت نیند پر

بھی جاوی ہے۔ اگر ہم ایک خاص حد سے بڑھ کر نیند میں پاؤں لمبے کریں تو اس کا نتیجہ بھی زندگی کے لئے مضر ہوگا۔ کیونکہ نیند کی کثرت مضر صحت رطوبت پیدا کر دے گی۔ اعضا نرم ڈھیلے اور کسی حد تک ناکارہ ہو جائیں گے جس سے پیمانۂ عمر لامحالہ کم ہو جائے گا۔

پس ان حالات میں محققوں نے فرحت بخش نیند کی اقل مدت بالاوسط ۶ اور اتم مدت ۸ ساعت روزانہ مقرر کی ہے اور سونے کے بعض آداب وضع کئے ہیں۔ جو مختصراً حسب ذیل ہیں۔

(۱) چار پانچ بجے سے دماغ سے روح فرسا خیالات نکال کر دماغ کو سکون کے سمندر میں غوطہ زن کر دیں یا بہت خوش کن خیالات قائم کریں اور جب کھانے وغیرہ سے فارغ ہو جائیں تو رسائل یا اخباروں میں وہ افسانے پڑھیں جن کے نتائج باعث مسرت ہو سکیں یا ان کتابوں کا مطالعہ کریں جن کی عبارت سے انبساط و خوشی ظاہر ہوتی ہو اور غم وافسردگی دور ہوں اور نہیں تو پھر اپنے مذہب کی کتابیں رات کو پڑھا کرو، اگر خود نہیں پڑھ سکتے تو دوسروں سے سُنا کرو۔

(۲) خواب گاہ میں خاموشی اور قدرے تاریکی ہونی چاہئے اس سے مطلب یہ ہے کہ سونے والے کے حواس پر بیرونی اثرات جتنے کم ہوں اچھا ہے۔ تاکہ روح کو جلد آرام مل سکے۔ اس لحاظ سے رات کے وقت سونے کے کمرے کو موم بتی سے روشن رکھنا بھی مناسب نہیں۔

(۳) کیونکہ سونے کی جگہ ہی ایک ایسی جگہ ہے جہاں انسان اپنی زندگی کا زیادہ حصہ گذارتا ہے پس کتنا ضروری ہے کہ سونے کی جگہ ہوادار ہو، جہاں پاکیزہ اور لطیف ہوا تازہ تازہ آتی رہے۔ یہ کشادہ اور اونچی چھت ہونی چاہئے، دن کے وقت اس میں آگ کی انگیٹھی روشن نہ کی جائے اور مکان کے کمرے کی کھڑکیاں سوائے رات کے دن بھر کھلی رہیں۔

(۴) رات کو کھانا تھوڑا اور بہت گرم گرم نہ کھایا جائے۔ کھانے اور سونے میں بھی چند گھنٹوں کا وقفہ ہونا چاہئے۔

(۵) پلنگ پر تقریباً متوازی الافق لیٹنا چاہئے۔ اہل فرنگ کی تقلید اچھی نہیں جو اونچے اونچے تکیے لگا کر لیٹنے اور بیٹھنے کے قریب رہتے ہیں۔ سر جسم سے تھوڑا اونچا ہونا چاہئے تکیے اونچے ہوں گے تو لیٹے ہوئے جسم میں ایک زاویہ سا پیدا ہو جائے گا جس سے ٹانگوں کا خون بالائی حصۂ جسم کی طرف مشکل سے چڑھے گا دوسرے ریڑھ کی ہڈی پر ناواجب بوجھ پڑے گا جس سے نیند کا اصل مقصد فوت ہو جائے گا۔ دوران خون پوری آزادی اور آسانی سے نہ ہوگا، اور اگر بچپن میں سر بہت اونچا رکھ کے سونے کی عادت پڑے تو ممکن ہے کمر کُبڑی ہو یا جسم میں اور کہیں خم پڑے۔

(۶) سوتے وقت دن بھر کے تفکرات کپڑوں کے ساتھ ہی اتار کے رکھ دینے چاہئیں اگر انسان اس کی عادت ڈالے تو اپنے خیالات پر بہت کچھ قابو حاصل کر سکتا ہے اس سے بڑھ کر مضرِ صحت کوئی عادت نہیں کہ بستر پر لیٹ کر پڑھیں اور پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ مطالعہ کی حالت میں رُوح سرگرمِ عمل ہو جاتی ہے اور جسم کے دوسرے اعضا آرام کو ٹھانے ہوتے ہیں۔ اگر ایسے میں نیند آجائے گی تو خیالات تمام رات دماغ میں گھومتے اور سرگرداں رہیں گے محض جسمانی طور پر سوجانا کافی نہیں۔ انسان کی روح کو بھی سونا چاہئے۔ جب تک یہ دونوں باتیں جمع نہ ہوں، نیند کامل اور فرحت بخش نہیں کہلا سکتی۔ اگر ہماری روح سو جائے اور جسم جاگتا رہے جیسا کہ ریل، موٹر اور گھوڑا گاڑی کے ہچکولوں میں ہوتا ہے تو بھی نیند کا مقصد پوری طرح حاصل نہیں ہوتا۔

(۷) اکثر انسانوں کو یہ بھی غلط فہمی ہے کہ خواہ ہم سات گھنٹے دن میں سولیں خواہ رات میں، ایک ہی بات ہے۔ ایسے لوگ رات کو کتابیں پڑھتے، رنگ رلیاں مناتے اور طرح طرح کے خرافات میں شب بیداری کرتے ہیں اور دل کو تسلی دے لیتے ہیں کہ ہم اُتنے ہی گھنٹے دوپہر یا سہ پہر کو سولیں گے مگر انہیں یاد رکھنا چاہئے کہ نصف شب سے پہلے دو گھنٹے کی نیند دوپہر کی چار گھنٹے کی چین ادا نیند سے بڑھ کر فرحت بخش اور مفید ہے کیونکہ اس کی بھی ایک وجہ ہے۔ جب سورج چھپ جاتا ہے تو ہر انسان میں سوتے وقت محسوس یا غیر محسوس طور پر درجۂ حرارت بڑھنا شروع ہوتا ہے اور نصف شب کو درجۂ کمال کو پہونچ جاتا ہے۔

اسی طبعی حرارت کی زیادتی سے ہر شخص کو کم و بیش پسینہ آتا ہے جس سے دن بھر کی ماندگی، کلفت اور فاسد مادوں کا اخراج ہو جاتا ہے۔ یہ طبعی قانون ہر شخص کی صحت کے قیام کے لئے ضروری ہے اگر ہم اس کی خلاف ورزی کریں اور کارکردگی کے اعتبار سے رات کو دن میں تبدیل کر دیں تو سمجھنا چاہئے کہ ہم فاسد مادوں وغیرہ کے اخراج سے جو آدھی رات ہی کا خاصہ ہو سکتے ہیں، محروم ہو جائیں گے۔ اگر ہم نصف شب یا اس کے بعد سوئیں گے تو یہ اخراج مادہ پوری طرح عمل میں نہ آئے گا۔ دوسرے جسمانی نقصانات مثلاً سورج کی روشنی کے بجائے مصنوعی روشنی یا بجلی کی روشنی میں کام کرنے سے آنکھوں کو اذیت پہونچانا علیحدہ رہا جو لوگ معمولاً رات کو کام کاج کرنے اور صبح کو سوتے ہیں وہ طبیعت کی شگفتگی اور تازگی کا بہترین موقعہ کھو دیتے ہیں۔ علی الصباح بستر سے اٹھو تو جسم قدرے لمبا، اعضا قدرے لچکیلے اور بدنی قوتیں تر و تازہ ہوتی ہیں۔ رات کو سونے کے وقت جسم خشک، تھکا ماندہ اور بڑھاپے کی بعض خصوصیتوں کا آئینہ دار ہوتا ہے۔

پس وہ کون عقل مند ہوگا؟ جو جوان یعنی صبح کا وقت چھوڑ کے بڑھاپے یعنی شام کے وقت اپنا کام کاج کرے!

صحیفۂ قدرت کا مطالعہ کرنے سے بھی معلوم ہوتا ہے کہ صبح کے سہانے وقت میں کیا چرند کیا پرند بلکہ نباتات تک تروتازہ اور شگفتہ ہوتی ہیں۔ اور انسان کا دل ودماغ بھی اس وقت بہترین کام انجام دے سکتا ہے۔ کیا ہی اچھا ہے اسلام کا حکیمانہ مذہب جس نے اپنے پیرووں کو طلوع آفتاب سے پہلے بیدار ہونے کی تاکید فرمائی ہے۔ جو لوگ اپنی صحت وتندرستی کے خواہاں ہیں۔ انہیں اپنی نیند سے باقاعدہ اور پورا پورا لطف اٹھانا چاہئے۔ اور ان سادہ اصولوں کی پیروی کرنی چاہئے۔ فقط۔ والسلام!

سیب

ماہیت:۔ یہ ایک مشہور میوہ ہے جس کی بہت سی قسمیں ہیں، اس کا درخت تیس فٹ تک اونچا ہوتا ہے۔ پتوں کے آخر کا حصہ سفید روئیں دار ہوتا ہے۔ اس کو ابتدائے موسم بہار میں سفید رنگ کے پھول نکلتے ہیں جن پر سرخ رنگ کے چھینٹے ہوتے ہیں۔ پھل کا رنگ پہلے سبز پھر زرد اور سرخ ہو جاتا ہے۔ کچا پھل ترش یا پھیکا ہوتا ہے پک کر اس کا ذائقہ میٹھا اور خوشگوار ہو جاتا ہے۔

افعال وخواص:۔ اس کے اجزاء طب میں بکثرت مستعمل ہیں۔ مختلف اعضاء پر اس کے اثرات حسب ذیل ہیں۔

امراض دماغ:۔ یہ مقوی دماغ وحواس ہے۔ قدیم ہندو اسے دیوتاؤں کی غذا مانتے ہیں جس سے معلوم ہوتا ہے کہ اس میں روحانی اثر ہے۔ ڈاکٹری تحقیقات کے موجب اس میں فاس فورس کا جزو موجود ہے۔ اس لئے اس کے استعمال سے دماغ، اعصاب اور ہڈیوں کو طاقت ملتی ہے یہ روح کو لطیف کرتا ہے۔

امراض چشم:۔ سیب کو پکا کر آنکھ پر باندھنے سے درد چشم کو آرام ہوتا ہے اس کا اثر فوری ہے۔ **امراض قلب**:۔ یہ مفرح ہے، اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے روح حیوانی کو لطیف بنا کر اس میں فرحت پیدا کرتا ہے۔

امراضِ معدہ:۔ یہ مقویٔ معدہ ہے، معدے کا استرخار دور کرتا ہے، ضعف معدہ کو قوی کرتا ہے اس کا شربت یا مُربّہ زیادہ مفید ہے۔

ترش سیب صفراوی مزاج میں فمِ معدہ کو قوت دیتا ہے، قے کو روکتا ہے غلبۂ صفراء اور جوشِ خون کو کم کرتا ہے، صفراوی قے واسہال کو دور کرتا ہے۔

اگر سیب کو آٹے میں رکھ کر بھوبل میں گاڑدیں تاکہ بھن جائے تو یہ بھوک بڑھاتا ہے، اور معدے کو طاقت دیتا ہے۔

اگر ترش قسم کو چھیل کر اس کا رس نچوڑیں اور اس میں آٹا گوندھ کر روٹی پکائیں تو یہ روٹی کھانے سے معدے کا ضعف اور قلتِ اشتہا دفع ہوتے ہیں۔

اس کے کھانے سے حرارت کو تسکین ہوتی ہے اور پیاس بجھ جاتی ہے۔

امراض امعاء:۔ بھونا ہوا سیب کرم شکم اور ذوسنطاریا کو دفع کرتا ہے۔ سیب کے ستو بنا کر کھانے سے قے اور اسہال رُک جاتے ہیں۔

امراضِ مرداں:۔ اس کا استعمال مولدِ منی ہے، اس کے کھانے سے بدن موٹا ہوتا ہے

امراضِ وبائیہ:۔ اس کا عرق استعمال کرنے سے وبار کا اثر نہیں ہوتا۔

امراضِ جلد:۔ سیب اور اس کے پتوں کا ضماد ورم گرم کو تحلیل کرتا ہے۔ آگ سے جلے ہوئے مقام پر اس کے پتوں کا ضماد مفید ہے۔

سمیات:۔ یہ زہروں کا تریاق ہے اور بچھو کے کاٹے کے لئے نافع ہے۔

عادت منشیات:۔ افیون کھانے یا شراب پینے کی عادت چھڑانے کے لئے سیب کا استعمال نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔

عام فوائد:۔ کھٹ میٹھے سیب سے ایک غذا تیار ہوتی ہے جسے تفاحیہ کہتے ہیں یہ گرم مزاج والوں کو مفید ہے ان کے دل، جگر اور معدے کو طاقت دیتی ہے۔

سیب کے مُرکّبات!

طب یونانی میں سیب کے بہت سے مرکبات مستعمل ہیں ان میں سے بعض کا اس جگہ ذکر کیا جاتا ہے۔

جوارش سیب:۔ آب سیب ترش، آب سیب شیریں ہر ایک سوا سیر، گلاب اور مصری اور شہد مصفّٰے ہر ایک ایک سیر، سب اشیاء کو پکا کر قوام دیں اور یہ ادویہ پیس کر ملائیں۔ سنبل طیب، قرنفل، دارچینی، مصطگی، گل گاؤزبان، عود ہندی، تخم بادرنجبویہ، ہر ایک ۴ ماشے، بدستور

جوارش بنالیں۔ فوائد معدہ دل اور جگر کو طاقت دیتی ہے، غشی اور خفقان کو مفید ہے۔ سوداوی مزاج کے موافق ہے۔ خوراک ۱ تولہ۔

حلوائے سیب:۔ سیب اصفہانی لے کران کا چھلکا اور تخم دور کریں اور پانی میں پکائیں پکاتے وقت گلاب بھی داخل کریں جب گل جائیں تو مصری یا شہد ملا کر پکائیں جب قریب بانعقاد ہو اس میں مغز پستہ بوداده بقدر ضرورت داخل کریں اور چینی کے تھال میں پھیلا دیں۔ خوراک بقدر ضرورت۔ فوائد مقوی دل و معدہ، مولد خلط صالح ہے۔

خمیرہ سیب:۔ گل سیب لے کر ہم وزن مصری کے ہمراہ اچھی طرح کوٹ کر یکذات کریں، اور برتن میں بند کر کے ۴۰ روز دھوپ میں رکھیں۔ فوائد مقوی دل و جگر و معدہ و دماغ و مانع صعود ابخرہ ہے۔ خوراک ایک تولہ۔

رُبِ سیب:۔ سیب کا رس نچوڑ کر نرم آگ پر جوش دیں تاکہ قوام پر آجائے۔ اسے چینی کے برتن میں محفوظ رکھیں۔ فوائد سیب شیریں کا رب مقوی دل اور دافع غشی ہے۔ بقدر ۷ ماشے ہمراہ ماء اللحم استعمال کریں اور سیب ترش کا رب غلبۂ صفرا، جوش خون، اسہال صفراوی قے صفراوی اور رفع تخم والم سوداوی کے لئے مفید ہے۔ خوراک ۷ ماشے۔

سکنجبین تفاحی:۔ آب سیب شیریں اصفہانی ایک سیر کو دیگچہ سنگی میں آگ پر رکھیں جب چار جوش آجائیں۔ اس کی جھاگ اتاریں اور نیچے اتار کر رکھ دیں اور سر پوش رکھیں، جب دُرد تہ نشین ہو جائے اوپر سے صاف پانی نتھاریں اور اس میں ایک سیر مصری سفید اور تین تولہ گلاب ملا کر جوش دیں اور قدرے سفیدی بیضہ مرغ پانی میں پھینٹ کر اس کے اوپر ڈال دیں اور جھاگ اُتارتے رہیں، تاکہ جھاگ کا آنا موقوف ہو۔ پھر دیگچی سنگی میں ڈال کر اس میں سرکہ انگوری خالص ایک پاؤ داخل کریں اور نرم آگ پر پکائیں جب قوام آجائے تو سرکہ تین تولہ اور ڈالیں، اور دو تین جوش دے کر آگ سے اُتاریں۔ ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں ڈال کر کے محفوظ رکھیں فوائد حرارتِ دل، خفقان حار، حمیات محرقہ کے واسطے نہایت نافع ہے۔ خوراک ۳ تولہ ہمراہ شیرۂ تخم خرفہ مقشر ۷ ماشے۔

شربت سیب:۔ سیب مقشر و مصفٰے ڈھائی سیر، نعناع، گل سرخ ہر ایک ایک سیر برگ آس ۸ تولہ، عود، دارچینی، قرنفل ہر ایک ۲ تولہ، زعفران ایک تولہ، سب ادویہ کو ۱۰ سیر گلاب میں بھگوئیں اور ۲۴ پہر کے بعد نرم آنچ پر عرق کشید کریں۔ اس عرق میں دو چند مصری ملا کر شربت

بنائیں۔ فوائد: مفرح ہے، امراض سینہ ودماغ، دمہ، قولنج، استسقا، ترہل، فساد ہضم، طحال، داء الاسد، یرقان، وجع مفاصل، اقسام زہر کو دفع کرتا ہے۔ بول حیض کو جاری کرتا ہے، دودھ بڑھاتا ہے۔ خوراک ۲ تولہ صبح وشام۔

شربت سیب: سیب شیریں کا چھلکا اور بیج دور کرکے ذرا کوٹ لیں اور دس گنا پانی کے ساتھ جوش دیں تاکہ پانی چوتھا حصہ باقی رہے۔ صاف کریں اور اس کے چھٹے حصے کو آب لیموں داخل کرکے مصری کے ساتھ قوام دیں۔ فوائد مقوی اعضائے رئیسہ، دافع خفقان، محافظ حمل، مشتہی، دافع خوف اور اقسام زہر ہے۔ خوراک ۳ تولہ۔

شربت سیب سادہ: سیب اصفہانی پختہ کا چھلکا اور بیج دور کرکے ہاون ہنگی میں کوٹیں اور اس کا پانی نچوڑلیں۔ اس پانی کو خفیف جوش دیں اور جھاگ اتارتے جائیں پھر اسے اتار کر رکھ دیں تاکہ میل تہ نشین ہوجائے۔ صاف پانی علیحدہ کرکے دوچند مصری کے ساتھ قوام دیں۔ فوائد اقسام سموم وبا اور تفریح قلب کے لئے نافع ہے، معدہ اور دل کو طاقت دیتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے اسہال صفراوی اور قے صفراوی کو روکتا ہے۔ متلی اور ابکائیوں کو بند کرتا ہے۔ خوراک ۲ تولہ صرف۔

عرق سیب: سیب پختہ خوش بو کا چھلکا اور تخم دور کرکے ۵ سیر گلاب میں ۲۰ سیر کے ہمراہ دیگچہ میں ڈالیں اور سنبل الطیب، گاؤزبان، بادرنجبویہ، عود قماری خام، زیرہ کرمانی، اشنہ، صندل سفید، بسباسہ، ہر ایک ۲ تولہ، نمکوفتہ پوٹلی میں باندھ کر اس میں داخل کریں اور عرق کشید کریں۔ عنبر ۳ ماشے نیچہ میں باندھیں۔ فوائد: مقوی دل ودماغ اور مفرح ہے۔ خوراک ۵ تولہ۔

مربائے سیب: سیب عمدہ گدرائے ہوئے لے کر ان کا چھلکا لکڑی کی چھری سے دور کریں اور کسی نلکی سے ان کا بیج نکال ڈالیں پھر ان کو قدرے گلاب میں جوش دے کر نرم ہونے پر نکال کر ستھرے کپڑے سے ان کی رطوبت خشک کریں۔ پھر اس پانی کو جس میں سیب کو جوش دیا گیا ہے مصری ڈال کر قوام کریں اور سیب اس میں ڈال کر ایک اور جوش دیں اور اتارلیں۔ پھر سرد کرکے مرتبان میں رکھیں دو تین روز کے بعد دیکھیں اگر قوام پتلا ہوگیا ہو تو سیب نکال کر قوام کو پھر گاڑھا کریں اور سیب ڈال کر رکھ دیں۔ اگر چاہیں تو بجائے مصری کے شہد ڈالیں، اور اخیر میں قدرے مشک گلاب میں حل کرکے اضافہ کریں۔ فوائد: مقوی معدہ وقلب ہے منہ کی بو کو درست کرتا ہے۔ ورق نقرہ میں لپیٹ کر استعمال کریں۔

گلقند سیب:۔ سیب کے پھولوں کی پتیاں ایک سیر، مصری سفید ۲ سیر ہاتھوں سے اچھی طرح مل کر شیشے یا چینی کے برتن میں ڈال کر ۴۰ روز دھوپ میں رکھیں۔ فوائد دماغ، دل اور باہ کو طاقت دیتا ہے۔ خوراک بقدر ایک تولہ۔

سیب کے ذریعہ تیار ہونے والے کشتہ جات

سیب کے ذریعہ سے بعض کشتہ جات بھی تیار ہوتے ہیں۔ چند حسب ذیل ہیں:۔

کشتۂ چاندی:۔ بُرادہ چاندی باریک ایک تولہ لے کر سیب شیریں کے رس میں یہاں تک کھرل کریں کہ بُرادہ حل ہو جائے اس کی ٹکیہ بنا کر خشک کرلیں اور دو اوپلوں میں آگ دیں اسی دفعہ تین دفعہ کھرل کریں اور ہر دفعہ ٹکیہ بنا کر آگ دیتے رہیں، عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔ فوائد مقوی دل و دماغ ہے۔ خوراک نصف رتی ہمراہ مسکہ یا بدرقہ مناسب۔

کُشتۂ قلعی:۔ قلعی کو آگ پر گلا کر سیب کے رس میں ۲۱ بار سرد کریں۔ اس کے بعد اس کے پترے بنا کر ریزے کترلیں، برگ سیب ایک پاؤ خشک شدہ کا سفوف بنا کر ایک کپڑے پر اس سفوف کے نصف حصہ کی ۳ انگل موٹی تہ جمائیں۔ اوپر ریزے علیحدہ رکھ کر اوپر باقی نصف سفوف رکھ دیں۔ کپڑے کو لپیٹ کر اس پر ایک سیر ہارانے کپڑے لپیٹیں اور گوشہ میں رکھ آگ لگائیں قلعی شگفتہ ہوگی۔ فوائد مقوی معدہ مشتہی اور مفرح ہے۔ مقدار خوراک ایک رتی۔

کشتۂ عقیق:۔ عقیق سُرخ کو آگ میں تپا کر سیب پختہ کے رس میں یہاں تک سرد کریں کہ عقیق ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے اسے پیس لیں اور آب سیب سے ۴ پہر کھرل کر کے قرص بنائیں اور ۵ سیر اوپلوں میں آگ دیں پھر بدستور سحق کریں اور آگ دیں یہاں تک کہ کشتہ نرم ہو جائے پس کسی صاف شیشی میں حفاظت سے رکھیں۔ فوائد مقوی قلب و دماغ ہے۔ بقدر ایک رتی مسکہ یا مربائے سیب کے ہمراہ استعمال کریں +

چٹکلے

(از جناب غلام سرنداس صاحب سنجابل حکیم حاذق پنجاب یونیورسٹی ملتان)

(۱) طحال - ایک تولہ خربوزے کے چھلکوں کو ایک پاؤ پانی میں جوش دیں - جب نصف رہ جائے تو اس میں سے نصف پلا دیں۔ اور نصف دوسرے وقت - ایک ہفتہ تک پلانے سے عظم الطحال دفع ہو جاتا ہے -

(۲) جریان - کچا پھل برگد ۲ تولے، سبوس اسپغول ایک ماشے، طباشیر ایک ماشے، ورق نقرہ ۳ عدد، مصری کوزہ ہموزن ملا کر کوٹ چھان کر چھ چھ ماشے صبح و شام گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں -

(۳) سلسل البول - سنگھاڑے حسب ضرورت لے کر سکھا دیں ہموزن شکر ملا کر ایک تولہ بوقت صبح استعمال کراتے رہیں -

(۴) نکسیر - گلنار، گل ارمنی، برگ ببول تازہ، ہر ایک ایک تولہ، کافور ۳ ماشے، افیون ایک ماشے، بدستور ضماداً استعمال کریں -

(۵) سوزاک - کیکر کی کونپلیں سات ماشے پانی میں شیرہ نکال کر اور شکر ملا کر ایک وقت استعمال کریں کم از کم ۲ ہفتے تک -

(۶) ایضاً - روغن صندل ایک تپاسہ [illegible] کھاتے رہیں -

(۷) دردِ دنداں - ہینگ بریاں کو دانتوں کے نیچے رکھنے سے درد کا فور ہو جاتا ہے -

(۸) دردِ ڈاڑھ - کرم خوردہ، افیون حسب ضرورت لے کر سوراخ میں رکھ دیں -

(۹) مدرحیض - پودینہ خطائی، رجوا کھار، مصری ہر ایک دو ماشے باریک شدہ ایسی تین خوراک پانی کے ہمراہ دینے سے حیض کھل کر آنے لگتا ہے - مفید چیز ہے -

(۱۰) اشک چشم - قلمی شورہ ایک تولے، شہد ایک تولے، دونوں کھرل کریں، اور سلائی سے لگایا کریں -

(۱۱) یرقان - گل مغیلاں اور شکر سرخ ہموزن باریک کردہ ۶ ماشے صبح کو استعمال کرتے رہیں - دافع یرقان ہے -

(۱۲) آنکھ کا دکھنا - سینگ باریک کر کے ٹکیہ بنا کر مقعد پر باندھنا دکھتی ہوئی آنکھ کے لئے نہایت مفید ثابت ہوا ہے -

(۱۳) دمہ - حقہ کی چلم کا میل ایک ماشہ ہمراہ کھانا کھانا دمہ کو بہت مفید ہے -

(۱۴) دردالاذن - عرق ہیل چند قطرہ ڈالنا دردِ اذن کو مفید ہے -

(۱۵) درد شکم۔ اجوائن، نمک ہر ایک ۲ ماشے باریک کر کے ہمراہ گرم پانی پھانکیں دافع درد شکم ہے۔

(۱۶) ورم سوڑھے۔ املتاس کا گودا آب مکو سبز میں حل کردہ کلیاں کرتے رہنا سوڑوں کے ورم کو جلا کر دور کر دیتا ہے۔

(۱۷) بلغمی کھانسی۔ انجیر خشک اور بادام ملا کر کھانا کھانسی کے لئے نافع ہے۔

(۱۸) منجن۔ بادام کا چھلکا، پھٹکری بریاں، دونوں اجزا کو ملا کر دانتوں پر ملنا دانتوں کو روشن کرتا ہے۔

(۱۹) احتلام۔ دودھ برگد ایک بوند بتاشے میں کھا دیں اور ایک بوند روزانہ بڑھاتے چلے جاویں۔ سات دن تک۔ پھر ایک بوند روزانہ کم کرنا شروع کر دیں اور ایک پر ختم کر دیں عجیب و غریب تحفہ ہے۔

(۲۰) دمہ۔ اکسی نیم کوفتہ ایک تولہ کو جوش دے کر چھان کر شہد ملا کر پینا بلغمی دمہ کے سخت دورے کو تسکین دیتا ہے۔

(۲۱) جریان کے لئے ایضاً۔ پھٹکری بریاں ڈیڑھ ماشے پانی کے ساتھ پھانکنا بہت مفید ہے۔ فقط۔ والسلام!

معلومات

انسان کی خوراک گھاس

ابتدائے آفرینش سے گھاس مویشیوں اور چوپایوں کی خوراک رہی ہے۔ گائے گھاس کھا کر انسان کے لئے دودھ جیسی نعمت بنایا کرتی ہے۔ اور بیل چر کر ہمارا ہل چلاتے ہیں۔ گھوڑے ہمیشہ سواری کا کام دیتے چلے آئے ہیں اور ہاتھی اسی گھاس کو کھا کر جنگلوں کے اندر ہمارے شہتیر ڈھوتے رہتے ہیں۔ گھاس نے ان جانوروں کے جسم میں طاقت اور قوت برداشت پیدا کی ہے لیکن اس کے باوجود اس زمانے سے پہلے کسی کو بھی خیال نہ آیا تھا کہ گھاس کی کیمیاوی ترکیب معلوم کرے۔ اور اس کا تجزیہ کر کے اس کے خواص و فوائد سے واقفیت بہم پہونچائے۔

یہ صحیح ہے کہ گھاس کا بیج یعنی اناج ہماری خوراک میں داخل تھا اور بانس کے کلّے بھی جو گھاس ہی کی ایک عظیم الجثہ قسم ہے ہمارے باورچی خانوں میں بار پا جاتے تھے۔ لیکن جانوروں کی طرح گھاس کھانا انسان کا شعار کبھی نہیں رہا ہے۔ لیکن اب جارج کوبلر، ڈبلیو آر گراہم اور سی ایف شنابل نے جو فن کیمیا کے ماہر ہیں مسلسل چار سال تک تحقیقات کرنے کے بعد ثابت کیا ہے

کہ گھاس کے اندر بڑی قوت پنہاں ہے۔ اخبار "ٹائمس آف چکاگو" لکھتا ہے کہ اناج پیدا کرنے والی گھاس میں سوائے حیاتین "د" کے باقی سب حیاتینیں موجود ہوتی ہیں۔ یہ حیاتینیں اس میں خشک پھلوں اور ترکاریوں کی بہ نسبت ۲۰ گنی زیادہ ہوتی ہیں۔ اناج کی گھاس کے اندر گاجروں کے مقابلے میں حیاتین الف ۴۰ گنا زیادہ ہوتی ہے۔ سبز پتے والی ترکاریوں کی بہ نسبت حیاتین ب ۴ گنا زیادہ ہوتی ہے اور ٹماٹروں اور لیموں کی قسم کے پھلوں کی بہ نسبت ۱۴ گنا حیاتین ج زیادہ پائی جاتی ہے۔

اسی اخبار کا بیان ہے کہ انسانی خوراک کے لئے موزوں بنانے کی غرض سے ان کیمیا ساز محققین نے گیہوں کے پتوں کو خشک کرکے پیس لیا اور اسی طرح جو اور جئی وغیرہ کے پتوں کا بھی سفوف تیار کیا۔ ان محققین نے مہینوں بھر یہ گھاس کا سفوف کھایا۔ وہ کھانسی زکام سے بھی محفوظ رہے اور عام جسمانی صحت بھی بہت اچھی رہی۔ اب ریاست ہائے متحدہ امریکہ میں تین اور کناڈا میں ایک کارخانہ گھاس کا یہ سفوف تیار کیا کرتے ہیں۔ اس پر فی پونڈ چھ سینٹ خرچ آتا ہے۔

ان ماہرین کیمیا نے کچھ دن پہلے سنسناتی کی کیمیاوی سوسائٹی کے سامنے یہ اعلان کیا کہ تاریخ عالم میں یہ پہلا واقعہ ہے کہ چند پیسے خرچ کرکے صرف بارہ پونڈ گھاس کے سفوف کا استعمال تمام ریاست ہائے متحدہ کو خوراک کے تمام اجزا بہم پہونچا دیا کرے گا۔ گھاس کے گٹھوں پر اب سائنس کا لیبل لگ کر اس کی قدر و قیمت میں بہت کچھ اضافہ ہو گیا ہے۔ اور اگر انسان نے گھاس کو اپنی خوراک میں داخل کر لیا تو اس سے ایک فائدہ تو ضرور ہی پہونچے گا کہ انسانی اور حیوانی دنیا میں باہم خوراک اور تندرستی کی یک سانیت کا رشتہ قائم ہو جائے گا۔

کیلا اور بچوں کے امراض

ڈاکٹر سی، ایل، جوسلن نے ایک بیان شائع کیا ہے جس میں انہوں نے اپنے ان تجربات کا ذکر کیا ہے جن میں کہ انہوں نے بچوں کے دستوں میں کیلے کا استعمال کیا تھا۔ خشک کئے ہوئے کیلوں کا سفوف بھی رکھا گیا تھا اور تازہ پیڑ کے پکے ہوئے کیلے بھی دیئے گئے تھے۔ جن مریضوں کو کیلے کا سفوف دیا گیا تھا، انہیں وہ ابتدائی ۲۴ گھنٹوں تک صرف پانی کے ساتھ دیا گیا تھا اور بعد میں یا تو ہلکے پینے کے دودھ کے ساتھ جس میں شکر کی بجائے کیلے کا سفوف شامل کر دیا گیا تھا یا مکھن نکلے ہوئے دودھ کے ہمراہ۔ اور پیچیدگیاں [illegible] ہو گئیں تو [illegible] طرح کہ پھل کو اچھی طرح مل کر چھان لیا گیا۔ جن مریضوں کا علاج

تجربے کے طور پر کیا گیا تھا۔ ان میں ۳۰ بیمار دستوں کے تھے۔ ۱۰ موتی جھرہ بخار کے اور ۵ پیچش کے۔ کیلے کے استعمال سے دست اور پیچش کے مریضوں میں مرض کی مدت بہت گھٹ گئی۔ یہ دیکھا گیا کہ کیلا دیتے ہی دستوں کی تعداد میں فوری اور قابل لحاظ کمی آ گئی۔ یہ بھی دیکھا گیا کہ جن مریضوں کو کیلا نہیں دیا گیا تھا اُن کی بہ نسبت ان مریضوں کا وزن بھی کسی قدر بڑھ گیا۔ موتی جھرہ کے بیماروں میں کیلے کے استعمال نے کوئی خاص فائدہ نہ پہونچایا۔ بجز ان مریضوں کے کہ جن کو دست آ رہے تھے بچوں کے دستوں میں کیلے کی پھلیوں کا استعمال بہت مفید ثابت ہوا ہے اور زیادہ عمر کے بچوں کے دستوں اور پیچش کے لئے تو وہ بمنزلہ اکسیر ہے۔

کیڑے مکوڑے

بعض کیڑے ہمارے دشمن ہیں۔ مثلاً دیمک لکڑی کا سامان کھا جاتی ہے، پروانے اور گبریلے ہمارے کپڑے، لکڑی کا سامان اور سامانِ خوراک کھا ڈالتے ہیں۔ مچھر ملیریا بخار کو لئے پھرتے ہیں۔ مکھیاں موتی جھرہ بخار، دوسرے بخار، پیچش، ہیضہ، اور سل کے امراض پھیلاتی ہیں۔ جوئیں ٹائیفس بخار کا باعث ہوتی ہیں۔ اور دمّہ کے مرض کے لئے کا ڈیس مکھی ذمہ دار ہے۔ پھر بھی کیڑوں کی پانچ لاکھ مختلف قسموں میں سے صرف کوئی تین ایسی ہیں جو مضرت رساں اور انسان کی دشمن ہیں۔

کیڑوں کی بعض قسمیں انسان کی دوست بھی ہیں۔ وہ کیڑے ہی ہوتے ہیں جو پھل اور اناج کو شاداب اور زرخیز بنانے کے لئے پھولوں سے مادہ لے کر جاتے ہیں۔ کیڑے ہی ہیں ریشم مہیا کر دیتے ہیں۔ اسی طرح شہد، موم اور رنگ بھی کیڑوں ہی سے حاصل ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کیڑے سڑنے والے متعفن مادوں کو بھی ضائع کرتے رہتے ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ تین مکھیاں اور ان کی نسل مل کر اتنی ہی دیر میں ایک مرے ہوئے گھوڑے کو کھا جاتی ہیں کہ جتنی دیر میں شیر اُسے کھاتا۔

سُرخ رنگ ہمیں کوچنیل نامی کیڑے سے ملتا ہے اور لاکھ بنانے والے کیڑے کی بدولت ہمیں لاکھ اور چپڑا میسر آتا ہے۔ گذشتہ جنگ عظیم کے دوران میں یہ تحقیقات کی گئی تھی کہ زخم کے اندر پہونچ کر مکھی کے انڈے جو کیڑوں کی صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ زخم کے اندر اس کی مُردہ بافتوں کو کھا جاتے ہیں اور اس طرح زخم میں پیپ نہیں پڑنے دیتے۔ اب بہت سے اسپتالوں میں مکھی کے بیکیڑے جراثیم کی آلودگی سے پاک کر کے بالقصد زخموں کے اندر بالخصوص ایسے زخموں میں جن میں اندر تک دوا نہ پہونچ سکے چھوڑ دیئے جاتے ہیں تاکہ وہ زخم کو صاف کر دیں۔

[illegible]

حاملہ کیلئے کونین

(از جناب حکیم محمد محمود صاحب انصاری مدظلہٗ)

چند سال سے اکثر معالجین اس امر پر زور دے رہے ہیں کہ حمل کے آخری ہفتوں میں عورت کو تھوڑی مقدار میں کونین کھلانا چاہئے۔ اس طرح ولادت کی دشواریاں اور خطرات بہت کم ہو جاتے ہیں اس کے تجربات کی ابتدا ۱۹۲۶ء سے ہوئی ہے۔

جنوبی رہوڈیشیا کے ڈاکٹر ہیوسٹن نے ان تمام حاملہ عورتوں کو جو ان کے زیر علاج تھیں وضع حمل سے ۶ ہفتے پہلے ۱/۲ گرین کونین ہائیڈرو کلورائیڈ استعمال کرائی، اور آخری ہفتہ میں اس کی خوراک ۵ گرین یومیہ کر دی۔ ان کا مقصد یہ تھا کہ یہ عورتیں ملیریا سے محفوظ رہیں۔ لیکن انہوں نے دیکھا کہ جن حاملہ عورتوں کو انہوں نے کونین استعمال کرائی تھی، انہیں دوسری حاملہ عورتوں کے مقابلے میں ولادت اور درد زہ کے وقت بڑی آسانی رہی اور بعد میں ان کی عام حالت بہتر رہی اور ان کی زچگی کے ایام زیادہ عمدگی کے ساتھ بسر ہوئے۔

سنہ ۱۹۲۹ء میں ڈاکٹر مچل (۸) نے اطلاع دی کہ میں نے چار سو سے زیادہ حاملہ عورتوں کا علاج کونین سلفیٹ سے کیا۔ اور انہیں یہ دوا حمل کے آخری تین ہفتوں میں ۵ ر ۴ گرین کی مقدار میں استعمال کرائی۔ وہ اس نتیجے پر پہونچے کہ اس طریق علاج سے حاملہ عورتوں کو کوئی نقصان نہیں پہونچ سکتا۔ انہیں یہ بھی معلوم ہوا کہ ان حاملہ عورتوں کا بچہ جلد اور آسانی سے پیدا ہو گیا اور وضع حمل کے بعد رحم کے سکڑنے کا عمل خوش اسلوبی اور یکسانیت کے ساتھ واقع ہوا جس کی وجہ سے ارگٹ وغیرہ کے مرکبات بہت تھوڑی مقداریں دینے پڑے۔

رائل سوسائٹی کے شعبۂ امراض نسواں کے ایک اجلاس میں رحم کے ضعف کے مسئلہ پر بحث و تمحیص ہوئی جس کے دوران میں ڈاکٹر گورڈن (۷) نے فرمایا کہ میری رائے میں اس کا انسداد اس طرح پر کیا جا سکتا ہے کہ حمل کے آخری تین ہفتوں میں کونین اور کیلسیم کا استعمال عورت کو کرایا جائے۔

ڈاکٹر جانسٹن (۶) پچھے سات سال تک حاملہ عورتوں کو حمل کے آخری چار ہفتوں میں روزانہ تین مرتبہ ۱/۲ گرین سے ایک گرین تک کونین استعمال کراتے رہے۔ اس کے بعد انہوں نے

اطلاع دی کہ اس طریق سے بچہ جلدی اور آسانی سے پیدا ہوتا ہے اور ولادت کے بعد بہت کم جریان خون ہوتا ہے۔ علاوہ بریں زچہ کو بچہ جننے سے بہت کم صدمہ پہونچتا ہے۔ اور وہ بخار پر سوت سے بھی محفوظ رہ سکتی ہے۔

پروفیسر گرین آرمیٹیج (۴) نے اپنا تجربہ کلکتے کے ایک بڑے زنانہ ہسپتال میں کیا ۱۹۲۲ء سے ان کا یہ طریقہ تھا کہ وہ حاملہ عورتوں کو وضع حمل سے چار یا پانچ ہفتے قبل یومیہ ۵ گرین کونین دیا کرتے تھے تاکہ وضع حمل جلدی ہوجائے انہوں نے یہ طریقہ اس بنا پر اختیار کیا تھا کہ جو یورپین عورتیں ان حصص میں رہتی تھیں جہاں ملیریا کا زور تھا اور جو حمل کے دوران میں روزانہ ۵ گرین کونین کھاتی تھیں انہیں تولید کے سلسلہ میں نسبتاً زیادہ آسانی ہوتی۔

ڈاکٹر بڈھے (۲) نے اس طریق علاج کی آزمائش ۱۰۰ سو حاملہ عورتوں پر کی، اور پھر اُن کی حالت کا موازنہ ایسی سو حاملہ عورتوں کی حالت سے کیا جنہوں نے کونین استعمال نہیں کی تھی انہوں نے حاملہ عورتوں کو کونین تھوڑی تھوڑی مقدار میں نہیں دی بلکہ رات کے وقت اکٹھی ۵ گرین کونین کھلائی وہ اس نتیجے پر پہونچے کہ کونین نے ایک عام ٹانک کا کام دیا اور وضع حمل میں سہولت پیدا ہوگئی۔ لیکن یہ امر مشکوک معلوم ہوتا ہے کہ کونین کے استعمال سے بچہ جلدی پیدا ہے بعض اوقات کونین بیمار کو موافق نہیں آتی۔

ڈاکٹر مچل (۹) نے اس امر کی طرف توجہ دلائی کہ ڈاکٹر بڈھے کو چاہیئے تھا کہ وہ کونین روزانہ تھوڑی تھوڑی مقداریں دیتے کیونکہ یہ امر خاص اہمیت رکھتا ہے کہ بیک وقت تھوڑی مقداریں وقفوں کے ساتھ دی جائے تاکہ جہاں تک ممکن ہو سکے خون میں اس کی آمیزش یکساں رہے بسنہ ۱۹۳۵ء میں ڈاکٹر گینبر (۳) نے ۵۰ حاملہ عورتوں کو حمل کے چھتیسویں ہفتے میں ۲ گرین کونین تین مرتبہ یومیہ دی۔ اور اُن کی حالت کا مقابلہ ۵۰ ایسی حاملہ عورتوں کی حالت سے کیا جنہیں کونین نہیں استعمال کرائی گئی تھی وہ اس نتیجے پر پہونچے کہ ان عورتوں میں بچے کی پیدائش زیادہ تیزی کے ساتھ ہوئی اور اس سے زچہ یا بچہ کو کوئی ضرر نہیں پہونچا۔

اسی سال ڈاکٹر فریڈبرگ (۱) آکسفورڈ یونیورسٹی سے ڈاکٹری کی ڈگری کے لئے ایک علمی مقالہ تحریر کیا جس کا عنوان تھا۔ وضع حمل بلا تکلیف میں کونین کا استعمال۔ انہوں نے ڈاکٹر مچل کے مجوزہ طریقہ کے مطابق تین سال تک حاملہ عورتوں کا علاج کونین سے کیا۔ نان بعدہ اس نتیجے پر پہونچے کہ کونین کے استعمال سے بچہ جلدی پیدا ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں انہوں نے کونین

کے استعمال سے حسب ذیل فائدے بیان کئے ہیں۔

(۱) وضع حمل کے پہلے اور دوسرے درجے کا وقت کم ہو جاتا ہے جس سے زچہ کو کم تکلیف ہوتی ہے (۲) وضع حمل کے تیسرے درجے میں جریان خون کم ہوتا ہے (۳) زچگی کے ایام نہایت سہولت کے ساتھ بسر ہو جاتے ہیں۔

اس مضمون پر ہالینڈ کے ایک ڈاکٹر نے بھی ایک کتاب لکھی ہے۔ مشہور ماہر امراض نسواں ڈاکٹر ایچ پی اے سمٹ اس طریق علاج کے متعلق سنہ ۱۹۳۲ء سے تجربہ کر رہے ہیں۔ ان کی رائے ہے کہ وضع حمل کی اکثر صورتوں میں کونین کے استعمال سے بہت اچھے نتائج پیدا ہوتے ہیں اور بچہ بہت جلدی پیدا ہوتا ہے۔ نیز انہوں نے ڈاکٹر چل کی اس رائے سے اتفاق کیا ہے کہ "بہرکیف یہ طریق علاج اس قدر سادہ اور اس قدر بے ضرر ہے کہ جو شخص بھی اس سے دل چسپی رکھتا ہے وہ بے قیل وقال اس کی آزمائش پر آمادہ ہو سکتا ہے"۔

امریکہ میں بھی اس موضوع پر ایک کتاب شائع ہوئی ہے۔ ڈاکٹر لنتن سمتھ (۱۱) نے ۶۰ حاملہ عورتوں کو کونین استعمال کرائی اور ان کی حالت کا کامل موازنہ ایسی ۶۰ حاملہ عورتوں کی حالت سے کیا جنہوں نے کونین استعمال نہیں کی تھی ان کے تجربے کے بعد حسب ذیل نتائج برآمد ہوئے

(۱) قطعی طور پر وضع حمل کے وقت میں کمی اور ولادت میں سہولت پیدا ہو جاتی ہے (۲) بچے کی پیدائش میں عورت کو زیادہ تکلیف محسوس نہیں ہوتی۔

ڈاکٹر لنتن سمتھ نے حاملہ عورتوں کو حمل کے آخری تین ہفتوں میں ½ گرین کونین ہائیڈرو کلورائیڈ دن میں تین دفعہ استعمال کرائیں۔

پس ثابت ہوا کہ انگلستان، امریکہ اور نیدرلینڈ کے جلیل القدر ڈاکٹر اس امر کے متعلق متفق الرائے ہیں کہ کونین کے استعمال سے ولادت سہل ہو جاتی ہے اور تولید کے سلسلہ میں جن مشکلات وخطرات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ان میں بھی کمی واقع ہو جاتی ہے یہ ایک حقیقت ہے کہ کونین کے استعمال سے کوئی نیا عارضہ پیدا نہیں ہوتا۔ ہر ڈاکٹر جانتا ہے کہ اگر تین ہفتہ تک دن میں ۳ مرتبہ کونین سلفیٹ یا کونین ہائیڈرو کلورائیڈ ½ ۱ گرین کی مقدار میں استعمال کی جائے یعنی کل ۵۰ گرین، تو اس سے بیمار کو کسی قسم کا نقصان نہیں پہونچ سکتا۔ اگر شاذ و نادر کسی بیمار کو کونین موافق نہ آئے تو اس کا فی الفور پتہ لگ جاتا ہے ایسی صورت میں دوسری قسم کی کونین (مثلاً کونین ہائیڈرو برومائیڈ) استعمال کرائی جائے یا کونین کا استعمال روک دیا جائے۔

ہنوز علم الادویہ کے رو سے کونین کے اس فعل کی تشریح ممکن نہیں جس کا ذکر سطور بالا میں کیا جا چکا ہے۔ ڈاکٹر سٹ کے قول کے مطابق کونین کو ایک ٹانک سمجھنا چاہیے جو کہ عضلات کے ریشوں کو تقویت پہونچاتا ہے۔ اس کے اثر سے جسم کے عضلاتی ریشے زیادہ قوت کے ساتھ سکڑتے ہیں۔ اس عمل کی ابتدا خواہ کسی سبب سے ہو، کونین کا یہ فائدہ اسے تھوڑی مقدار میں استعمال کیا جائے تو ممکن ہے کہ اس کا اثر ایسا مفید ثابت نہ ہو۔ فقط خادم طب محمود انصاری ۔

(صفحہ ۔ ۲ کا باقی مضمون) — حال ہی میں دو ڈاکٹروں نے ایک نیا تجربہ کیا ہے۔ انہوں نے مکھی کے کیڑوں کو پیس کر ایک جوہر سا تیار کیا ہے جو ناسوروں اور کان کی ہڈی کے اندر کے ورم میں حیرت ناک طور پر مفید ثابت ہوا ہے۔ ان مقامات پر زندہ کیڑے نہ پہونچائے جا سکتے تھے۔ مدت ہائے دراز سے ڈاکٹروں کو یہ بات معلوم ہے کہ شہد کی مکھی کے کاٹنے سے گٹھیا میں بہت فائدہ پہونچتا ہے لیکن اس طرح مریض کو کٹوانا دقت طلب کام تھا اب انہوں نے شہد کی مکھی کے ڈنک سے زہر لے کر اس کا جوہر تیار کیا ہے جو بغیر کسی تکلیف کے اکسیر کی طرح کام کرتا ہے۔ فقط

"کسوٹی"

عطر کی شناخت

سفید کاغذ پر عطر کی ایک بوند ڈال کر آگ پر سینکیں اگر اڑ جائے تو صندلی عطر اور نہ اڑے اور داغ بنا رہے تو نقلی خیال کریں۔

روغن تارپین کی شناخت

کپڑے پر تارپین کے تیل کی بوندیں ڈالیں اگر اڑ جائے تو اصلی اور نہ اڑے اور داغ بنا رہے تو نقلی

چاندی کی شناخت

چاندی کو ... نائٹرک ایسڈ میں ڈالنے سے ... پان سا آوے تو بناوٹی، اور اگر پان سا نہ آوے تو اصلی خیال کریں۔

رانگ کی شناخت

رانگ کی پہچان کا آسان طریقہ یہ ہے کہ سفید کپڑے پر رانگ کو گھسیں اگر کپڑے پر کالا داغ پڑ جائے تو رانگ میں سیسے کی ملاوٹ سمجھیں، اور کالا داغ نہ پڑے تو اصلی رانگ ہے۔

ہینگ کی شناخت

(۱) ریکٹی فائڈ سپرٹ میں ہینگ ڈالنے سے پگھل جاوے اور رنگ بگڑے تو بناوٹی ہے اور اگر ویسی ہی رہے تو دیسی خیال کریں۔

(۲) آگ پر ڈالتے ہی بھڑکے تو اصلی ورنہ بھڑکے اور کم ہو تو نقلی خیال کریں۔

وسائل معاش

بال اُڑانے کا صابن

جو ہزار ہا روپے کا فروخت ہو رہا ہے۔ بیریم سلفائڈ (انگریزی دوا فروشوں سے ملے گا)

ایک تولہ، سفوف نشاستہ ۳ تولہ
سفوف کافور ایک ماشہ
انگریزی صابون سفید ایک تولہ

سب کو پیس کر حسب ضرورت گلیسرین (ایک انگریزی دوا) صابون کی سی ٹکیہ بنالو۔ بوقت ضرورت ٹکیہ میں سے تھوڑا کاٹ کر گرم پانی سے بالوں پر اچھی طرح ملو اور چند منٹ بعد دھو ڈالو بال صاف ہو جائیں گے۔

گلٹ سازی

حسب ذیل سفوف ولایت سے آکر بہت گراں قیمت پر فروخت ہوتا آپ اسے گھر میں بنائیے

نمک ۶ ماشے
نوشادر ۶ ماشے
پھٹکری ۱ ماشے
شورہ ۶ ماشے

باریک پیس کر ہی کے کسی مضبوط پیالے میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور ۱۰ عدد ورق نقرہ بھی اس پر رکھ دیں۔ تھوڑی دیر آنچ لگنے سے گلابی رنگ کا سفوف تیار ہوگا۔ تانبہ یا پیتل کی شے کھٹائی لگا کر صاف کرنے کے بعد اس سفوف کے ملنے سے سنہری رنگ کی گلٹ ہو جائے گی۔

ہیئر آئل

جس کی تجارت سے بڑے بڑے حکیم اور ویدراج ہزار ہا روپیہ کما رہے ہیں نسخہ حسب ذیل ہے،

سفید دھوئے ہوئے تلوں کا تیل ایک سیر
چندن کا تیل اصلی ۳ تولے
سنترے کا تیل ۵ تولے
بادام روغن ۵ تولے
رتن جوت نصف تولے

پہلے روغن میں رتن جوت کو حل کریں تاکہ روغن رنگت پکڑ جاوے۔ بعد میں فلالین میں سے چھان کر باقی چیزیں اس میں ملا دو۔ بعد ازیں

ایسنس ۵ یا ۶ قطرے

ملا کر حسب پسند شیشیوں میں بند کر کے اور لیبل لگا کر خواہ خود فائدہ اٹھاؤ، خواہ تجارت کرو۔

چائے کا بے نظیر نسخہ

عام طور پر چائے کا استعمال مضر صحت ہے لیکن جس طریقے سے میں چائے تیار کراتا ہوں، وہ چائے بجائے مضر ہونے کے مفید بن جاتی ہے

الائچی چھوٹی ایک تولے

کو معہ چھلکے کے کوٹ لیں۔ اس کے بعد

بادیان خطائی	ایک تولہ

کو موٹا کوٹ لیں اور

پانی	ایک سیر

میں ان دونوں چیزوں کو ڈال کر دیگچی کا منہ سرپوش سے بند کر کے آگ پر رکھ دیں ، اور نصف گھنٹے تک پکنے دیں۔ اس کے بعد کوئی

عمدہ قسم کی چائے	۲ تولے

لے کر اس میں ڈال دیں اور کوئی ۵ منٹ کے بعد دیگچی کو آگ پر سے اُتار لیں اور ۱۰ منٹ بعد اس چائے کو چھان کر دودھ اور میٹھا ملا کر پی لیا کریں۔ یہ چائے نہایت لذیذ اور بے حد خوش گوار ہونے کے باوجود جسم کو چست اور چالاک بنائے گی اور تھکان کا نام و نشان تک نہیں رہے گا۔ نیز جسم کی حرارت غریزی کو بڑھانے میں مفید ثابت ہوئی ہے ۔

لیموں کا صابون .

صابن سفید	۲۵ پونڈ
نشاستہ	ایک پونڈ
روغن لونگ	نصف اونس
روغن لیمن گراس	ایک اونس
روغن سپرگیٹ	ایک اونس
روغن لیموں	۲ اونس

صابون کی لئی بنا کر نشاستہ شامل کر دو اور پھر دوسرے روغن ملا کر سانچوں میں بھریں اور دوسرے دن ٹکیاں کاٹ لیں اور ٹھپہ سے گذاریں ۔

نارنگی کا صابون

ناریل کے تیل کا بنا ہوا سفید صابون	۲۰ سیر
روغن نارنگی	۲½ سیر
روغن تھائم	ایک تولے
روغن دارچینی	۴ تولے

صابون میں اس قدر پانی ملاؤ کہ پتلی سی لئی بن جائے اب اس میں باقی کے روغن ملا کر مسد سے خوب گھوٹو صابن تیار ہے۔ اسے سانچوں میں بھریں دوسرے دن تار سے کاٹ لیں اور ٹھپہ میں سے گذاریں۔ ان ٹکیوں پر بٹر پیپر لپیٹ کر فروخت کرو۔ ہاتھوں ہاتھ فروخت ہو جانے کی چیز ہے ۔

بالوں کے لئے ویسلین

ہندوستان میں ہر سال ہزاروں روپے کی غیر ممالک سے آکر فروخت ہوتی ہے لیکن اگر ہندوستان کے نوجوان یہ کام ہی کریں تو وہ بہت ہی منافع حاصل کر سکتے ہیں اور ہندوستان کا ہزاروں روپیہ باہر جانے کی بجائے اپنے ہاں ہی رہ سکتا ہے اور بے روزگار طبقہ آزادی اور خوشحالی کی زندگی بسر کر سکتا ہے۔ انتہائی کوشش کے بعد بہترین ویسلین کا نسخہ جو ہم حاصل کر سکے ہیں حسب ذیل درج کرتے ہیں :

کسٹر آئیل	۴ اونس
پیرو پیپر دلارڈ	۲ اونس
موم سفید	۲ ڈرام

آئل آف برگامٹ	۲ ڈرام
آئل آف لیونڈر	۲۰ قطرے

ویسلین تیار ہے شیشیوں میں بند کرکے مناسب قیمت پر بازار میں فروخت کر سکتے ہیں ۔

کپڑے دھونے کا عمدہ صابن

کپڑوں کی صفائی کے لئے اس سے بہتر کوئی صابون نہیں ہے ۔ بنائیں اور فائدہ حاصل کریں

تیل ناریل	ایک سیر
تیل مہوہ	۴½ سیر
میدہ	۱½ سیر
سوڈا	۲ سیر
پانی	۵ سیر

اگر موسم سرما ہو تو تینوں تیل گرم کرو ، پھر میدہ شامل کرکے مسد سے خوب گھونٹیں ۔ تاکہ کوئی ڈلی باقی نہ رہے پھر لائی (سوڈا اور پانی کا مرکب) شامل کرو ۔ اور آدھ گھنٹہ تک خوب گھوٹو ، جب سواد گاڑھا ہو جائے تو سانچوں میں بھریں ، اور دوسرے دن ٹکیاں کاٹ لیں ۔ یہ صابون نہ سوکھتا ہے اور نہ خراب ہوتا ہے ۔

زکام کے لئے مفید نسوار

اب ہم آپ کو ایک غیر معمولی فائدے کی چیز بتلاتے ہیں جو کہ زکام ، نزلے کے لئے لاجواب چیز ہے اس میں سب سے بڑی صفت یہ ہے کہ نہایت ہی مفید اور سستی دوا ہے یعنی ایک اونس کے پیکٹ پر آپ کی ایک آنے سے کم لاگت آئے گی ۔ ایک بڑا دواساز کہتا ہے میں نے تو دنیا بھر میں زکام کے لئے اس سے بڑھ کر کوئی دوا نہیں دیکھی ۔

سہاگہ باریک شدہ	ایک پونڈ
ملک آف شوگر	ایک پونڈ
پیپرمنٹ کا تیل	۲۰ پونڈ

سہاگہ اور شوگر آف ملک کو یک جان کرکے پیپرمنٹ کے تیل کی ۲۰ بوندیں ملا دیں ۔ نسوار تیار ہے ۔ زکام کے لئے بجلی کا اثر رکھتی ہے ۔

نسخہ خضاب نمبر ۱

بُرادہ چاندی	ایک تولے
تیزاب شورہ	۳ تولے
عرق گلاب بڑھیا قسم	۲۰ تولے

گندھک آملہ سار خوب باریک پسی ہوئی ۲ تولے قریب ۲ اونس والی پختہ مضبوط اور موٹے دل والی شیشی میں بُرادہ چاندی ڈال کر تیزاب ڈال دیں اور شیشی کے منہ پر ڈھیلا سا کارک لگا دیں ، کارک زیادہ سخت نہ لگا دیں ، پھر اسی شیشی کو بہت نرم آنچ پر رکھیں ۔ اگر شیشی کو کچھ کپڑوٹی کر دی جاوے تو زیادہ بہتر ہوگا ۔ چاندی گل جاوے گی پھر جس بوتل یا شیشی میں عرق گلاب ہے اس میں گندھک ملا دیں اور بوتل خوب ہلا دیں تاکہ گندھک مل جاوے پھر اس میں چاندی کا تیزاب جو گلایا ہوا ہے ڈال دیں ۔ اگر اس میں ایک عمدہ کاغذی لیموں نچوڑ دیں تو اور بھی اچھا ہوگا ۔ بوتل کا منہ بند کرکے ایک ہفتہ تک رکھا رہنے

دیں بعد کو استعمال کریں، اول بالوں کو صابون وغیرہ سے دھوکر اور خشک کر کے خضاب حسب ضرورت چینی کی پیالی میں نکال کر برش کے ساتھ آہستہ آہستہ لگا دیں۔ آدھے گھنٹہ کے بعد بالوں پر تیل لگا کر دھو ڈالیں۔

نسخہ خضاب نمبر ۲

برادہ چاندی	ایک تولے
برادہ تانبہ	ایک ماشے

دونوں کو باہم ملا کر

تیزاب شورہ (نائٹرک ایسڈ)	۳ تولے

حل کریں۔ حل کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ تیزاب کو کسی چینی یا تام چینی کے پیالے میں ڈال دیں، اور تھوڑا برادہ ڈالیں۔ جب سرخ دھواں اٹھکر جوش فرو ہو جاوے تب تھوڑا سا اور برادہ ڈالیں اسی طرح تھوڑا تھوڑا برادہ ڈال کر حل کریں۔ اب اس محلول میں اسی پیالے میں

سرمہ سیاہ باریک	ایک تولے
اور کیس بہتر پسا ہوا	ایک تولے

اور گندھک آملہ سار بہت باریک پسی ہوئی ایک تولہ شامل کر کے کسی موصلی یا دستہ سے خوب رگڑیں کہ سب اجزا باہم مل جائیں۔ پھر اس مرکب میں

عرق گلاب بڑھیا قسم	۲۰ تولے

ملا کر کسی بوتل میں بھر لیں۔ اور پھر اس بوتل میں

نوشادر	۶ ماشے

باریک پیس کر ڈال دیں اور ایک عمدہ کاغذی لیموں کا عرق بھی نچوڑ دیں۔ اب بوتل کے منہ پر مضبوط ڈاٹ لگا کر تین روز دھوپ میں رکھیں۔

(نوٹ) پیالہ میں تیزاب پہلے ایک ہی تولہ ڈالیں جب قوت کم ہو جائے تو پھر تھوڑا ڈالیں اسی طرح ڈالتے رہیں دھوئیں سے بچنے کی ضرورت ہے پیالہ بڑا اور اونچے کناروں کا ہونا چاہیے۔

ہر چیز پر چڑھنے والی وارنش

السی کا تیل ایک سیر کسی برتن میں ڈال کر پکائیں جب گاڑھا ہونے لگے تو اس میں رال سفید ۱۰ تولہ باریک پیس کر ڈال دیں اور خوب حل کریں اس کے بعد ۴ تولہ تارپین کا تیل ڈال دیں اور بخوبی ہلا دیں ٹھنڈا ہونے پر صاف برتن میں رکھیں، یہ عمدہ چمکدار وارنش ہے جو ہر چیز پر چڑھ سکتی ہے۔

ہندوستانی غذائیں

(گذشتہ سے پیوستہ قسط نمبر ۱۱)

ڈبے کا جما ہوا میٹھا دودھ یہ دودھ بھی پانی اُڑائے ہوئے دودھ کے طریقے پر تیار کیا جاتا ہے فرق صرف اتنا ہے کہ اول تو تیاری کے وقت درجۂ حرارت اتنا نہیں ہوتا۔ دوسرے دودھ میں کھانڈ ملا دی جاتی ہے۔ تیار شدہ دودھ میں ۴۰ فی صدی تک کھانڈ ملی ہوتی ہے۔ چھوٹے بچوں کی غذا کے طور پر استعمال کرنے کے لئے اس دودھ کی سفارش نہیں کی جاسکتی۔ کھانڈ کی زیادتی کی وجہ سے اس دودھ میں اسی حد تک پروٹین، چکنائی اور معدنیات کی کمی ہوتی ہے۔ شکر کی یہ زیادتی بچے کی انتڑیوں پر بُرا اثر ڈالتی ہے اور اس کے ہاضمے میں فتور پیدا کر دیتی ہے۔

دُودھ کا سفوف گائے کے دودھ کو بلند درجہ حرارت پر تیزی سے اڑا کر مختلف طریقوں سے سفوف بنا لیا جاتا ہے۔ اس سفوف میں محض دودھ کے ٹھوس اجزا ہوتے ہیں۔ دودھ کا سفوف جس میں ۸ گنا پانی ملا کر دوبارہ دودھ بنا لیا جاتا ہے نہایت عمدہ خوراک ہے جسے بچوں کو غذا کے طور پر دیا جاتا ہے۔ بہت سی قسموں کے خشک دودھ، جنہیں ماں کے دودھ کے مثل بنانے کی پوری کوشش کی جاتی ہے بچوں کے لئے اوپری دودھ کے طور پر استعمال ہو رہے ہیں۔ اس بات کا خاص خیال رکھنا چاہئے کہ ایسے بچوں کی خوراک میں کہ جنہیں خشک دودھ دیا جا رہا ہو وٹامن سی یا حیاتین ج کسی نہ کسی شکل میں ضرور شامل کر لینا چاہئے۔ خشک دودھ، خالص یا مکھن نکلے دودھ سے تیار کیا جاتا ہے۔ مکھن نکلے ہوئے دودھ کا سفوف جس سے چکنائی نکل چکی ہوتی ہے خالص اور عمدہ دودھ کے سفوف سے سستا ملتا ہے جو بن مکھن نکلے ہوئے دودھ ہی پر کسی حالت میں بھی بچوں کو نہ رکھا جانے کیونکہ اس میں وٹامن اے کی کمی ہوتی ہے اس کی وجہ سے بچہ آنکھوں کی ایک بہت سخت بیماری میں مبتلا ہو جاتا ہے بلکہ وٹامن اے یا حیاتیہ الف ہی کی کمی اندھے پن کا بڑا عام سبب ہے۔

مکھن نکلے ہوئے بچے ہوئے میٹھے دودھ کا تنہا استعمال خاص طور پر خطرناک ہے۔ اگر بچے کی خوراک میں ساتھ ہی ساتھ کسی ایسی چیز کو (مثلاً کاڈلیور آئل یعنی مچھلی کا تیل) جس میں

وٹامن اے یا حیاتیہ الف موجود ہو شامل کر لیا جاوے تو پانی اڑائے ہوئے دودھ یا مکھن نکلے ہوئے دودھ کے سفوف سے بنایا ہوا دودھ بغیر کسی اندیشے کے دیا جا سکتا ہے البتہ بہت ہی غریب ماں باپ کے بچے کے لئے مکھن نکلے ہوئے خشک دودھ کے استعمال کی سفارش کی جا سکتی ہے کیونکہ انہیں اگر یہ سستا دودھ بھی نہ دیا جائے تو ہو سکتا ہے کہ وہ دودھ سے محروم رہیں لیکن ایسی صورت میں وٹامن اے یا حیاتیہ الف کا ساتھ ساتھ غذا میں شامل کر لینا نہایت ضروری ہے۔ ذرا بڑی عمر کے بچوں کو جنہیں ملی جلی غذا دی جا سکتی ہے مکھن نکلے ہوئے دودھ سے بے شک بہت فائدہ ہو سکتا ہے۔

بچوں کی غذائیں

(۱) خشک دودھ میں غلوں کے شیرے (Malt) ملے ہوں غریب طبقہ کے بچوں کے لئے اس قسم کی خوراک زیادہ مہنگی ہونے کی وجہ سے بے کار ہے۔ گو خاص حالات میں طبی ہدایات کے مطابق اس کا استعمال کتنا ہی مفید کیوں نہ ہو، چونکہ اس غذا میں تبدیل شدہ ہیئت کے نشاستہ کی مقدار دودھ کی نسبت سے قریب ۵۰ فی صدی بڑھ جاتی ہے اس لئے صرف ایسی خوراک کا زیادہ عرصہ تک تنہا استعمال بچوں کے لئے موزوں نہیں۔ (۲) خشک دودھ جس میں (Unmalted) غیر شیرائی غلے ملا دیئے گئے ہوں۔

اس قسم کی غذائیں بھی پہلی غذا کی طرح قابل اعتراض ہیں۔ ایسی خوراک ۶ ماہ سے کم عمر کے بچوں کے لئے تو بالکل ہی ناموزوں ہے کیونکہ اس عمر کے بچے غلوں کے نشاستہ کو اصل ہیئت میں ہضم نہیں کر سکتے۔

(۳) وہ غذائیں جن میں غلوں کے سوا کچھ نہیں ہوتا۔

چھوٹی عمر کے بچوں کو خوراک میں صرف غلوں کا دینا ہرگز مناسب نہیں کیونکہ یہ اُن کی غذا کے لئے قطعًا ناموزوں ہیں۔ اُن خوراکوں میں وہی اجزا پائے جاتے ہیں جو گیہوں اور چاول کی طرح کے معمولی غلوں میں پائے جاتے ہیں جو کہیں زیادہ سستی قیمت پر بہ آسانی دستیاب ہو سکتے ہیں۔

دُودھ چھڑانا

بچوں کو کس حد تک ماں کا دودھ ملنا چاہیئے اس کے متعلق لیگ آف نیشنز کے ایک کمیشن نے جس میں بڑے بڑے ماہرین شامل تھے حسب ذیل سفارش کی ہے:۔

"ماں کا دودھ اس صورت میں بھی جب اوپری دودھ دیا جارہا ہو کم از کم چھ مہینے تک ضرور ملنا چاہئے لیکن اگر نو مہینے تک دوسری خوراک کے ساتھ تھوڑا بہت ماں کا دودھ ملے تو نہایت مفید ہے"

دودھ چھڑانے کا بہترین طریقہ حسب ذیل ہے۔ ماں کا دودھ پینے والے بچے کی عمر کا جب آٹھواں مہینہ شروع ہو تو اسے گائے کے دودھ اور کچھ ٹھوس خوراک پر لگا دیا جائے اور ماں کا دودھ اسی نسبت سے رفتہ رفتہ کم دیا جائے۔ دسواں مہینہ گذر جانے کے بعد ماں کا دودھ بالکل بند کر دینا چاہئے اور اس کے بجائے گائے کا دودھ دینا چاہئے اور اسی کو بچے کی غذا کا سب سے بڑا جزو رہنا چاہئے۔ دودھ چھڑانے کے زمانے میں بچوں کے لئے ٹھوس غذاؤں میں مُرمُرے، مختلف قسم کے دلیئے، نرم روٹی، گھی یا مکھن لگی ہوئی چپاتی، دالیں، نرم پتوں کے ساگ پات اور اچھی طرح گلا کر پکائی ہوئی دوسری ترکاریاں، پھلوں کا رس، اور انڈے کی زردی وغیرہ دی جا سکتی ہے۔ ترکاری کا شوربہ بھی اچھی چیز ہے۔ ابتدائی مہینوں میں بچہ اول تو نشاستہ ہضم کر ہی نہیں سکتا اور اگر کرتا بھی ہے تو نہایت ہی تھوڑی مقداریں۔ اس لئے چھ مہینے سے پہلے نشاستہ والی غذاؤں کے کھلانے سے بچہ کو بدہضمی اور آنتوں کی خرابی کی شکایت ہو جاتی ہے۔ اس عمر کے بعد عام طور پر بچہ نشاستہ دار غذاؤں کو ہضم کرنے لگتا ہے۔ ایک سال کی عمر میں بچے کی خوراک میں ٹھوس غذائیں۔ مثلاً اناج، دالیں، سبزیاں اور پھل وغیرہ بھی شامل ہونے چاہئیں لیکن غذا کا غالب حصہ دودھ ہی رہنا چاہئے۔

از جناب حکیم

شباب آور مجربات

عالم سوہان صاحب

سفوف مقوی بدن و مغلظ منی

چوب چینی	سپاری
بہمن سرخ	موصلی
بہمن سفید	تودری
تودری زرد	مغز بادام
مغز کدو شیریں	مغز خیار
مغز پستہ	سپاری چکنی
مغز چلغوزہ	کمرکس
الائچی خورد	تج
مغز خستہ بادام	ہر ایک ایک تولہ

تمام ادویہ کو کوٹ کر چھان لیں۔ اس کے بعد

زردی بیضہ مرغ	۲۵ عدد
دودھ	۱۰ سیر

میں کھویا تیار کر کے اس میں مذکورہ بالا سفوف شامل کر کے تھوڑی سی کھانڈ ملا کر رکھ چھوڑیں۔ خوراک ایک تولہ سے ۲ تولہ تک ہمراہ شیر گاؤ۔

حب مقوی باہ

یہ گولیاں باہ کو طاقت دیتی ہیں [illegible] نئی زندگی بخشتی ہیں اب مفردات جواب نہیں۔

تخم دھتورہ	عاقرقرحا
اندرجو شیریں	قرنفل
مصطگی رومی	کلونجی
بیش مدبر	قسط
جند بیدستر	بسباسہ
ہر ایک	۵ ماشے
دارچینی	۷ ماشے
سعد کوفی	ایک تولہ
خراطین	ایک تولہ
ریگ ماہی	۶ ماشے
بلادر مدبر	۶ ماشے
مشک	۲ رتی
کشتہ شنگرف	۱½ ماشے
چاندی	۱½ ماشے

کوٹ چھان کر چنے کے برابر گولیاں تیار کریں۔ خوراک ایک گولی ہمراہ شیر گاؤ۔

کشتہ طلاء

برادہ طلاء	ایک تولہ کو
عرق گلاب سہ آتشہ	ایک پاؤ

میں کھرل کریں جب جذب ہو جائے [illegible] بنا لیں اور ۲ پیالوں میں بند کر کے گل حکمت کر کے ۲۰ سیر اوپلہ صحرائی کی آگ محفوظ مقام پر دیں اسی طرح تقریباً ۱۵ آنچوں میں کشتہ تیار ہوگا ہر مرتبہ عرق میں کھرل کرنا ضروری ہے۔ قوت باہ و تقویت اعضاء رئیسہ کے لئے مجرب ہے۔

موسم سرما کے بے نظیر تحفے

حلوائے بادام خاص الخاص

فن طب کے ماہرین کا یہ متفقہ فیصلہ ہے کہ مقویات دواؤں سے مقوی غذائیں زیادہ مفید اور مناسب ہیں چنانچہ اس سلسلہ میں ہمدرد دواخانہ نے موسم سرما کے لئے بعض ایسی مقوی غذائیں تیار کی ہیں جن کے فائدے یقینی اور دیرپا ہیں اور جن کو بے خوف مبالغہ مقوی دواؤں کا سرتاج کہا جا سکتا ہے۔ حلوائے بادام کے فوائد کا اندازہ آپ اس وقت لگا سکتے ہیں جب بادام کے خواص سے آپ کو پوری واقفیت ہو۔ طبی کتابوں میں اس کے بے انتہا فوائد مذکور ہیں۔ یہ میوہ مزاجاً گرم و تر معتدل ہے۔ سُدا کھولتا ہے قوت اور دماغ کے جوہر کی حفاظت کرتا ہے۔ مقوی بصارت حلق اور سینے کی خشونت کو مفید ہے۔ مثانے اور پیشاب کی جلن کو دور کرتا ہے جسم میں فربہی پیدا کرتا ہے۔ مقوی باہ ہے، مرض قولنج میں مفید ہے۔ اس کا روغن نیند پیدا کرتا ہے طبع کو نرم کرتا ہے۔ آواز صاف کرتا ہے۔ معدے اور اعصاب کے لئے طاقت بخش ہے۔ وید کی بعض کتابوں میں لکھا ہے کہ اگر اس کے فوائد سے انسان واقف ہو جائے تو بادام سونے میں تول کر خریدا جا سکتا ہے۔ چنانچہ اس کو ہندوؤں کے دیوتاؤں کی خوراک سمجھا جا سکتا ہے اس قسم کے فوائد کے باوجود اگر اہل ملک اس سے فائدہ حاصل نہ کریں تو یقیناً افسوس کا مقام ہے۔ ہمدرد دواخانے نے ایک ایسی غذا تیار کی ہے جس میں علاوہ بادام کے اور تمام مصلح اور مقوی اجزا شامل ہیں نہایت لطیف زود ہضم اور مقوی ہونے کے باوجود معدے میں غلاظت پیدا نہیں کرتا۔ ہر قسم کی کمزوری کو دور کرنے میں لاثانی غذا ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے معدے اور اعصاب کی خشکی ہمیشہ کے لئے چلی جاتی ہے۔ طبیعت کی پژمردگی اور سستی کو دفع کرنے میں لاثانی ہے اس سے بہتر مقوی اور بے ضرر غذا آپ کو ہندوستان میں اور کہیں نہیں مل سکتی نقالوں سے ہوشیار رہیئے۔ قیمت فی سیر صرف پانچ روپے (صہ) +

سفوف اصل السوس

جریان منی اور مذی کے لئے بے حد مفید ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشہ سفوف پاؤ بھر نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱ر) +

دوائے ٹکور

یہ دوا ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے اپنے آپ تباہ ہو چکے ہیں۔ رگوں پٹھوں کی جملہ خرابیوں اور کجی کو دور کرکے پوری قوت پہونچاتی ہے۔ نہایت مفید ہے

ترکیب استعمال:۔ ایک تولہ یہ دوا لے کر موٹے کپڑے میں پوٹلی بنائیں اور بھیڑ کے دودھ یا تل کے تیل کو گرم کریں اور پوٹلی کو اس میں گرم کرکے عضو کے چاروں طرف اور کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اچھی طرح ٹکور کریں اور یہ عمل پندرہ منٹ سے کم نہ ہو۔ **قیمت**، تولے کی ڈبیہ صرف بارہ آنے (۱۲) + **(نوٹ):۔** بہتر یہ ہے کہ دوائے مالش پہلے ایک ہفتہ استعمال کی جائے اس کے بعد دوائے ٹکور ایک ہفتہ تک استعمال کی جائے اگر زیادہ ضرورت محسوس ہو تو طلائے کیمیائے تاثیر (جس کا اشتہار اسی فہرست میں درج ہے) تیسرے ہفتہ سے شروع کیا جائے اور کوئی مقوی دوا بھی ضرور کھاتے رہیں +

دوائے مالش

اس دوا کے بھی وہی فوائد ہیں جو دوائے ٹکور کے ہیں اگر دونوں یکے بعد دیگرے استعمال ہوں تو بہت جلد فائدہ ظاہر ہوتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اور عضو پر اُس کے چاروں طرف ہلکے ہاتھ سے اچھی طرح نیم گرم مالش کریں۔

قیمت فی شیشی ۲ تولہ ایک روپیہ (عہ) +

جوارش زرعونی عنبری بہ نسخۂ کلاں

گردے، مثانے، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے پشت کو مضبوط کرتی ہے معدے کی اصلاح کرتی ہے بلغمی وسوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب، دردسر، بلغمی کھانسی ونقرس وغیرہ امراض میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے ریاح کو دور کرتی، مادۂ تولید کی پیدائش کو بڑھاتی اور باہ کو قوت دیتی، چہرے کا رنگ نکھارتی اور بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔ **ترکیب استعمال:۔** آلات تولید وگردہ ومثانہ کو قوت دینے کے واسطے ۵ ماشے جوارش کشتہ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کریں۔ اور اگر گردے ومثانے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ ماشے کشتہ زمرد ۲ چاول اور عرق انناس ۸ تولہ شربت بزوری ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں (نوٹ) اس جوارش کو صرف کشتۂ فولاد یا صرف کشتۂ زمرد کے ساتھ اور تنہا بھی کھا سکتے ہیں۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶) +

معجون جالی نوس لولوی

جالی نوس نے اس معجون کے سات فائدے لکھے ہیں (۱) قوت مردی کو قائم رکھتی ہے اور خواہش کو مفید ہے (۲) گردے اور دیگر اعضائے تناسل کے درمیانی عروق نیز مثانہ وانثیین کے حول داخلیں کو جو غلط کاری اور کثرت جماع سے پڑجاتے ہیں اور دوران خون میں مزاحم ہوتے ہیں انہیں اعتدال کے ساتھ کشادہ کرتی ہے اور اپنے ذاتی فعل انعوظ کو بیدار کرتی اور حالت طبعی تک پہونچاتی ہے (۳) پٹھوں میں قوت اور سختی پیدا کرتی ہے اور جوش قوت کو برقرار رکھتی ہے (۴) مردی عظمت کو قائم رکھتی ہے (۵) چہرے کا رنگ نکھارتی ہے (۶) اچھی مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے (۷) اسفل کی زائل شدہ قوت کا رفتہ رفتہ بدل پیدا کرتی ہے۔ نیز ہر عضو کی کمزوری کے لئے نافع ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ معجون استعمال کی جائے۔ عمدہ بدرقہ یہ ہے کہ کشتۂ طلا ۲ چاول یا ماءاللحم خاص دوآتشہ کے ساتھ بشرطیکہ موسم سرما ہو اگر گرمی یا برسات کا موسم ہو تو عرق بیدمشک ۵ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸) +

معجون ثعلب

باہ کو قوت دیتی۔ اعصاب میں صلابت پیدا کرتی اور خشکی کو زائل کرتی ہے۔ جریان اور رقت کو کھو دیتی ہے۔ عمدہ چیز ہے۔ کارخانے میں یہ معجون خاص اہتمام کے ساتھ تیار کی جاتی ہے بڑی تعداد میں تیار ہوتی ہے اور ہاتھوں ہاتھ ختم ہو جاتی ہے۔ ایک مرتبہ ضرور آزمائیے۔

ترکیب استعمال:۔ ۶ ماشے یہ معجون تنہا یا عرق ماءاللحم عنبری نسخہ کلاں ۵ تولہ یا عرق گندر ۷ تولہ، شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش وبادی اشیاء سے پرہیز۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶) +

معجون طلا

خفقان اور امراض سوداوی کو زائل کرتی ہے دل اور دماغ کو بے حد طاقت بخشتی ہے۔ تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اور حرارت عزیزی کو بڑھاتی اور تمام قوتوں کو قائم رکھتی ہے۔ خون بکثرت پیدا کرتی ہے۔ غذا ہضم کرتی ہے۔ ہمدرد دواخانہ کی ایسی کامیاب ایجاد ہے جس پر طب یونانی سالہا سال فخر کرے گی۔

ترکیب استعمال:۔ ۲ ماشے یہ معجون عرق بیدمشک ۵ تولے، یا عرق برگ تنبول ۵ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔

قیمت فی تولہ دو روپے (۲) +

معمر اور سن رسیدہ لوگوں کے لئے

معجون اعجاز خاص

ادویات کا صحیح استعمال ہی ایک ایسی چیز ہے جس پر ان کے فوائد کا دار و مدار ہے غالباً اس حقیقت سے کوئی عقل مند انکار نہیں کر سکتا کہ ایک ہی دوا ہر عمر اور ہر حالت فائدہ مند نہیں ہوتی۔ ادویات کے اثرات میں مزاج انسانی کو بہت بڑا دخل ہے۔ اکثر غلط استعمال سے بجائے فائدے کے نقصان پہونچنے کا احتمال ہوتا ہے۔ ظاہر ہے کہ انسانی مزاج جوانی اور بڑھاپے میں بالکل مختلف ہو جاتا ہے پھر یہ کس طرح ممکن ہو سکتا ہے کہ ایک ہی دوا مخالف حالتوں میں کارگر ثابت ہو۔ بڑھاپے میں رطوبات فاضلہ اور برودت اعصاب بہت زیادہ ہو جاتی ہے جس میں گرم اور تیز دواؤں کے استعمال سے غیر معمولی فائدہ پہونچتا ہے۔ اس کے برخلاف اگر یہی دوائیں جوانوں کو استعمال کرائی جائیں تو احتراق خون کا اندیشہ ہوتا ہے اس خیال کو ملحوظ رکھتے ہوئے ہمارے طبی بورڈ نے ایسی دوائیں تیار کی ہیں جن میں عمر کا لحاظ رکھا گیا ہے اس بنا پر ہم دعوے سے کہہ سکتے ہیں کہ ہماری دوائیں کسی حالت میں بھی بے اثر ثابت نہیں ہو سکتیں۔ معجون اعجاز سن رسیدہ لوگوں کے لئے جوانی کا پیغام ہے۔ اعصاب میں بجلی کی لہریں دوڑا دیتی ہے۔ برودت اور بلغم کو فنا کر دیتی ہے۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتی ہے۔ مادۂ تولید کو بے انتہا پیدا کرتی ہے سستی، کمزوری، پژمردگی اور افسردہ دلی کو دور کرنے میں کیمیا اثر دوا ہے۔ مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ غذا کو جزو بدن بناتی ہے۔ خون کے سرخ اجزا بکثرت جسم میں پیدا کرتی ہے۔ اعضا شکنی، سرگرانی کو دور کرکے جسم میں چستی اور چالاکی پیدا کرتی ہے جسم کو کندن بنا دیتی ہے مقوی باہ اس قدر ہے کہ خواہشات پر اختیار نہیں رہتا۔ غرض کہ عمر رسیدہ لوگوں کے لئے اس سے بہتر مقوی اور مبہی دوا دنیا بھر میں آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ ہمدرد دواخانہ یونانی اس دوا کی تیاری پر ہزارہا روپیہ خرچ کرتا ہے۔ اس میں تمام اجزا صحیح اور تازہ شامل کرلے جاتے ہیں۔ دواخانے کی یہ خاص الخاص مجرب اور آزمودہ چیز ہے جو کسی حالت میں بھی بے کار ثابت نہیں ہو سکتی۔ **ترکیب استعمال**:- ایک تولہ یہ معجون صبح یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔

قیمت فی ڈبیہ ایک روپیہ چار آنے (عہ/)

حلوائے بیضۂ مرغ

اس قیمتی اور نادر الوجود حلوے کے مسیحائی اثرات کا اندازہ اس وقت صحیح طور سے لگایا جاسکتا ہے جب بیضۂ مرغ کے طبی فوائد کا آپ کو پورا علم ہو۔ طب یونانی میں غالبًا مرغی کے انڈے سے زیادہ اور کوئی غذا مقوی باہ نہیں حکیم شریف خان صاحب مرحوم کا مقولہ ہے کہ تقویتِ باہ کے لئے بیضۂ مرغ بے نظیر چیز ہے۔ عرب کے حکمائے نے بھی انڈے کے بے انتہا فوائد اپنی کتابوں میں لکھے ہیں۔ ڈاکٹری نقطۂ خیال سے بھی انڈے میں تمام قسم کی غذائیت موجود ہے یعنی اعصابی نشوونما کے لئے بہترین غذا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد کا سلسلۂ بیان بہت زیادہ ہے مختصرًا یہ کہ صالح الکیموس ہے ہضم ہونے کے بعد خون بکثرت پیدا کرتا ہے۔ کثیر الغذا، قلیل الفضول، دل دماغ اور بدن کو بے انتہا تقویت پہونچاتا ہے۔ مقوی باہ ہے۔ گرم نزلے کو سینے پر گرنے سے روکتا ہے چھاتی کی خشونت، معدے کی سختی اور خون تھوکنے کو نیمبرشت انڈا نہایت مفید ہے۔ ریاح غلیظ کو تحلیل کرتا ہے۔ اس مختصر تحریر سے آپ نے انڈے کے غیر معمولی فوائد کا اندازہ لگا لیا ہوگا مگر اس کے فوائد پورے طور پر اسی وقت حاصل کئے جاسکتے ہیں جب طبی طور پر اس کو استعمال کیا جائے۔ اعضائے رئیسہ کی کمزوری کے لئے بہترین دوا ہے۔ طبیعت کی سستی، جسم کی تھکان دور کرنے میں بے نظیر چیز ہے اور قوتِ مردانہ کے لئے اس سے بہتر غذا دنیائے طب میں دستیاب نہیں ہوسکتی ہمدرد دواخانہ دہلی خاص اہتمام سے اس حلوے کو تیار کرتا ہے۔ موسم سرما کا خاص تحفہ ہے۔ ایک مرتبہ استعمال کرکے ہماری محنت کی داد دیجئے۔ قیمت فی سیر پانچ روپے۔ فی تولہ صرف ایک آنہ ؎

شربتِ فولاد

معدے کو فولاد بنا دیتا ہے اور ثقیل و دیر ہضم غذاؤں کو ہضم کرکے جزو بدن بناتا اور جسم میں سیروں مقدار خون صالح پیدا کرتا ہے بھوک لگاتا اور قوی سے قوی غذا کو بہت ہی جلد ہضم کر دیتا ہے قوتِ جسمانی کو ترقی دیتا اور چہرے کو خوشرنگ، و پُررونق بناتا ہے بیماری کے بعد کی کمزوری کو دور کرنے میں حیرت انگیز اثر دکھاتا ہے ضعفِ معدہ کی وجہ سے جو دست آتے ہوں اُن کے لئے تریاق سے بڑھ کر ہے تلی یا جگر بڑھ گیا ہو تو اس کے استعمال سے اپنی اصلی حالت پر آجاتا ہے غرضیکہ عجیب و غریب چیز ہے اسکے فوائد استعمال سے ہی معلوم ہوسکتے ہیں قیمت فی شیشی ۲۰ تولے والی ایک روپیہ آٹھ آنے (۱؎۸)

مارالذہب

آج تک سونا جن جن صورتوں میں استعمال کیا جاتا رہا ہے ان سب میں اس کی یہ صورت زیادہ سریع التاثیر اور مفید ثابت ہوئی ہے۔ سونے کے فوائد عرصہ دراز سے مسلم ہیں در حقیقت جسم کی ہر قسم کی کمزوری کے لئے سونا ایک خاص چیز ہے۔ اس دوا کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ یہ فوراً خون میں جذب ہو کر اپنا اثر شروع کر دیتی ہے اعضائے رئیسہ پر اس کا اثر بہت جلد محسوس ہوتا ہے اور جسم میں ایک نئی قسم کی قوت پیدا ہو جاتی ہے۔ معدے پر اس کا اثر غذا کی خواہش زیادہ ہونے کی صورت میں محسوس ہوتا ہے۔ سل اور دق کے مریضوں کو خاص بدرقوں کے ساتھ استعمال کرانے سے ان میں مرض کے خلاف توانائی پیدا ہو جاتی ہے ضعف باہ وغیرہ کے مریض اس سے خاص فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔ ترکیب استعمال: ضعف عامہ کے لئے اس دوا کے ۲ یا ۳ قطرے عرق ماء اللحم عنبری ۵ تولہ کے ساتھ یا عرق گاؤزبان ۱۰ تولہ کے ساتھ یا صرف پانی میں ڈال کر استعمال کرنا چاہئے۔ دق وغیرہ کے مریضوں کو عرق ہرا بھرا یا عرق گذر عنبری کے ساتھ، اور ضعف باہ کے مریض اس کو عرق ماء اللحم بہ نسخہ خاص دو آتشہ میں ڈال کر استعمال کریں۔ اس کے دوران استعمال میں دودھ، مکھن وغیرہ حسب برداشت استعمال کر سکتے ہیں۔ قیمت فی ماشہ (تقریباً ۲۰ قطرے) صرف دو روپے (عہ) ۔

جوہری

امراض سوداوی مثلاً آتشک وگنٹھیا وغیرہ کے لئے ایک کامیاب اور نفیس دوا ہے۔ آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا دونوں کے لئے نہایت مفید ہے۔ رعشہ وفالج وغیرہ آتشک کے نتائج سے مریض کو محفوظ رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال:۔ یہ دوا کیپسول میں محفوظ ہے۔ اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہو سکے غذا میں مکھن دودھ وغیرہ حسب برداشت استعمال کرنا چاہئے۔ قیمت فی خوراک صرف دو آنے (۲؍)

روغن لبوب سبعہ

دماغ کی خشکی دور کرتا ہے اور میٹھی نیند لاتا ہے۔ امراض سہر میں جس میں کسی وقت نیند نہیں آتی بہت نافع ہے ناک کے زخم کو بھرتا ہے۔ ترکیب استعمال رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو آنے (۲؍) ۔

حبِ نشاط

یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مقوی و ممسک ہیں سرعت کو دور کرتی ہیں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویات کرتی ہیں کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں اپنے مطلب کی اعلےٰ درجے کی دوا ہے سرعت کی شکایت کو دور کرتی ہیں لذت اور تفریح کا سامان بھی ہے جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں، ایک تجربہ اس کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا۔ بازاری ممسک ادویات میں نشہ آور ادویات شامل ہوتی ہیں اور نشے کی چیزیں ہر حالت میں خراب اور آخر میں برا اثر دکھاتی ہیں۔ حب نشاط اس سقم سے بری ہے اور اسی غرض سے ہم نے اس کو حاصل کیا کہ ممسک دوا کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں ان کو بغیر ضرر اور مفید دوا دی جا سکے۔ **ترکیبِ استعمال:**۔ وقتِ خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر حب نشاط کی ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ آٹھ آنے (عہ)

لبوبِ کبیر

قوتِ باہ کو ترقی دینے میں عجیب الاثر چیز ہے اعصاب کو مضبوط کرتا ہے دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتا ہے، مادۂ تولید کو بکثرت پیدا کرتا ہے، رنگ نکھارتا ہے، کمزوری کو زائل کرتا ہے قوت کو بڑھانے میں عجیب الفعل ہے۔ ایسی چیز ہے کہ لوگ بار بار منگاتے ہیں۔ قوتِ باہ کے لئے عمدہ چیز ہے۔ **ترکیبِ استعمال:**۔ ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ دوا کشتۂ قلعی ۲ چاول یا کشتۂ طلاء ۲ چاول کے ساتھ استعمال کیا جائے بہتر ہوگا اگر مارالّلحم بہ نسخۂ خاص ۵ تولہ اوپر سے پی لیا جائے قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴؍)

معجون چوبچینی بہ نسخۂ خاص

حرارت عزیزی کو برانگیختہ کرتی ہے۔ اعضائے درد کو زائل کرتی، باہ کو قوت دیتی اور معدے کے ضعف کو دور کرتی ہے مصفی خون ہے۔ چہرے کا رنگ نکھارتی ہے، جو لوگ محرور المزاج ہوں ان کو بہت قوت اور فائدہ دیتی ہے۔ **ترکیبِ استعمال:**۔ وہ لوگ جو کمزور ہیں ساڑھے چار ماشے اوسط درجے کی قوت رکھنے والے ۹ ماشے اور قوی اشخاص ایک تولہ یہ معجون تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اس معجون کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ اس میں زیادہ پرہیز کی ضرورت نہیں قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴؍)

شفائے نسواں

ہندوستانی مرد جس قدر اپنی عورتوں کو خوش و خرم رکھتے ہیں اُسی قدر اُن کی صحت سے لاپرواہ ہیں! ——— ہندوستان کی بے زبان عورت کی برداشت اور جفاکشی کا دنیا کی اور کوئی بھی عورت مقابلہ نہیں کرسکتی! ——— ہمارے بود و باش کے طریقوں نے صنف لطیف کو ہزارہا امراض کا شکار بنا دیا ہے۔ ورزش، تازہ آب و ہوا کے نہ ہونے اور گھر کی گندی فضا کے اثرات سے ویسے ہی اس کی صحت خراب رہتی ہے جس کا انجام یہ ہوتا ہے کہ عام جسمانی کمزوری کے بعد ہر قسم کی جنسی بیماریاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ مثلاً حیض کی کمی و بیشی، تکلیف سے آنا، سیلان الرحم، اعضائے جسم میں درد، سرگرانی، بھوک نہ لگنا، سستی، افسردگی، خرابی خون، اوہام، بے ہوشی کے دورے، خفقان، اختلاج، بدہضمی جیسے بے شمار مہلک امراض کا ان کو شکار ہونا پڑتا ہے۔ لیکن اگر ایک طبیب کے نقطۂ خیال سے دیکھا جائے تو ان تمام امراض کا سبب ایام کی خرابی ہے۔ اس زہریلے خون کے باقاعدہ خارج نہ ہونے سے ہزارہا خطرناک امراض کا احتمال پیدا ہوجاتا ہے۔ اگرچہ اس قسم کی بہت سی دوائیں بازار میں دستیاب ہوتی ہیں مگر فائدے کے لحاظ سے ان کا ہونا نہ ہونا برابر ہے۔ ملک کی اس ضرورت کو پیش نظر رکھتے ہوئے ہم نے ایک ایسا مرکب ایجاد کیا ہے جس کے استعمال سے اس قسم کے تمام امراض کا قطعی قلع قمع ہوجاتا ہے اور عورت کی صحت اور جوانی برقرار رہنے کے علاوہ رنگ میں صفائی اور چہرے پر چمک پیدا ہوجاتی ہے۔ حاملہ کے لئے بھی یہ دوا نہایت مفید ہے دائمی قبض جو اس مرض میں رہتا ہے اس کے لئے اس سے زیادہ زود اثر دوا کا ملنا مشکل ہے ۔ "شفائے نسواں" کی صرف ایک شیشی سے اس گلزار کیفیت و انبساط میں بہار پیدا ہوجاتی ہے جس کے تماشے کے لئے اہل نظر بے چین نظر آتے ہیں۔

قیمت فی شیشی صرف بارہ آنے (۱۲) ۔

اکسیر احتلام

مادۂ تولید کی اصلاح کرتا ہے، رقت و کثرت احتلام کو نافع ہے۔ ترکیب استعمال ۷ ماشے یہ دوا پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ کھائیں۔ ترش اور بادی چیزوں سے حتی الامکان پرہیز کریں۔

قیمت فی شیشی ۲۱ خوراک صرف ایک روپیہ ۔

عرق روح افزا

دل، دماغ اور جگر کو نہایت قوت بخشتا ہے۔ معدے کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرکے ہضم میں قوت پہونچاتا ہے اعلیٰ درجہ کا مشتہی ہے۔ غذا کو جزو بدن بناکر خون صالح کثرت سے پیدا کرکے چہرے کو خوش رنگ کرتا ہے سستی اور کاہلی کو دور کرکے طبیعت میں بشاشت اور شگفتگی اور جسم میں چستی و تازگی پیدا کرنا اس کا خاص فعل ہے۔ ہر قسم کے ضعف کو خواہ کسی وجہ سے ہو دفع کرنے میں مفید ثابت ہوا ہے گئی ہوئی طاقت کو واپس لاتا ہے مایوسین باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے سالہا سال کے تجربے میں ہمیشہ تیر بہدف ثابت ہوتا رہا ہے۔ قریب قریب ہر مزاج پر یکساں مفید ہے۔ بلاقید عمر و موسم استعمال کیا جاتا ہے۔ نہایت ہی جانفشانی اور خاص اہتمام سے تیار کیا گیا ہے۔ قابل استعمال اور عدیم المثال چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۴ تولہ عرق روح افزا میں ۹ ماشے مصری ملاکر صبح یا سہ پہر کے وقت استعمال کریں۔ ترشی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی بوتل دو روپے آٹھ آنے (عہ/)

شربت صدر

آج کل نزلہ و زکام ایک عالمگیر مرض ہے ایسے نزلہ و زکام کے لئے جس میں یہ موذی مرض رونما ہوتے ہیں مثلاً نمونیہ، کھانسی، دمہ، نفث الدم، سل اور دق جیسے خطرناک مرضوں کے واسطے بے حد مفید و لاجواب دوا ہے بگڑے ہوئے نزلہ و زکام کو درست کرتا ہے بلغم کو خارج کرتا ہے اور دمہ کشی وغیرہ کو مفید ہے۔ ترکیب استعمال ایک ایک تولہ صبح و شام ۱۰ تولہ گائے کے دودھ میں ملاکر استعمال کریں۔ اس کے استعمال کے ایک ہفتہ کے بعد کسٹر آئل ۳ تولہ پاؤ سیر دودھ میں ملاکر ضرور پیئیں تاکہ جو مادہ اس کے استعمال سے پختہ ہوگیا ہو وہ خارج ہوجائے۔ گرم، بادی اور ترش اشیائے سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی آٹھ خوراک صرف آٹھ آنے (۸/)

لعوق صدر

یہ لعوق پھیپھڑوں کی ہر ایک بیماری میں مفید ہے نزلہ و زکام کے لئے اکسیر ہے ہر مزاج والے کو موافق آجاتا ہے۔ بلغم کو سینے سے خارج کرتا ہے اگر اس کو زیادہ دن استعمال کیا جائے تو دائمی نزلے کو دور کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشہ صبح و شام دونوں وقت استعمال کریں۔ تیل اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (ا/)

حلوائے مغز سر گنجشک والا خاص الخاص

مغز سر گنجشک کے حیرت انگیز فوائد کا اندازہ صرف وہی لوگ لگا سکتے ہیں جنہوں نے کبھی اسے استعمال کیا ہے۔ اطبائے یونان تقویت باہ کے سلسلہ میں اس کے فوائد کو ناقابل بیان بتلاتے ہیں۔ ایام قدیم میں یہ حلوا بادشاہ اور امرا کے لئے تیار کیا جاتا تھا جسم کی فربہی اور تحریک باہ کے لئے لاثانی غذا ہے صالح الغذا، مقوی معدہ، ضعف جگر اور استرخا کو مفید ہے۔ مادۂ تولید کو ترقی دیتا ہے رعشہ جیسے مہلک مرض کو جڑ سے کھو دیتا ہے۔ مثانہ اور گردے کے ضعف اور درد کمر کے لئے بے حد مفید ہے۔

یہ جاڑے کے دن زندگانی کے دن ہیں ✤ مسرت کی راتیں ہیں جاڑے کی راتیں
نہیں ہیں یہ ایام افسردگی کے ✤ جوانی ہے کیجے جوانی کی باتیں

ہمدرد دواخانے نے خصوصیت کے ساتھ اس کو تیار کیا ہے۔ موسم سرما میں صبح کے ناشتہ کے لئے اس سے بہتر غذا آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ بالکل کیمیاوی طریقہ سے تیار کی جاتی ہے۔ اس سبب سے اس کے اثرات بالکل یقینی ہیں۔ قوت باہ کے متلاشیوں کو اس سے بہتر غذا ہزار ہا روپے صرف کرنے پر بھی دستیاب نہیں ہو سکتی۔ نقالوں سے ہوشیار رہئے۔ قیمت فی سیر صرف پانچ روپے ✤

حلوائے پستہ خاص الخاص

طبی کتابوں کی ورق گردانی سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ پستہ حافظہ، دماغ، ذہن، دل اور معدے کی تقویت کے لئے بے انتہا مفید پھل ہے، قے، متلی اور خفقان کو دور کرتا ہے۔ جگر کا سدا کھولتا ہے جگر کی سردی اور گردے کی لاغری کو دور کر دیتا ہے خون صالح پیدا کر دیتا ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں اس کے مصلحات اور مقوی اجزا شامل کئے گئے ہیں۔ اس کے استعمال سے جسم کی نشو و نما بہتر ہوتی ہے۔ چہرے پر بشاشت اور دل میں مسرت پیدا ہوتی ہے۔ صبح کے وقت ناشتے کے طور پر استعمال کیجئے زندگی کا لطف آ جائے گا۔ نہایت زود ہضم اور جزو بدن بننے والی غذا ہے۔ چہرے کو سرخ بناتا ہے مقوی باہ ہے علاوہ لذیذ ہونے کے نہایت سریع التاثیر ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں کارخانے کے تجربہ کار دواسازوں نے جس قدر محنت اور جاں فشانی سے کام لے کر اس کو فائدہ مند بنانے کی کوشش کی ہے اس کا اندازہ آپ استعمال کے بعد ہی لگا سکتے ہیں۔

قیمت فی سیر پانچ روپے (۵) فی تولہ ایک آنہ (۱) ✤

شربتِ مصفیٔ اعظم

یہ اعلیٰ درجے کی مصفیٔ خون دوا ہے۔ فسادِ خون کے سینکڑوں مریضوں پر اس کا تجربہ کیا گیا ہے نہایت کامیاب تجربے ہوئے۔ آتشک ہو یا جذام، تمام جسم پر پھوڑے پھنسیاں نکلی ہوئی ہوں۔ بدن پر جا بجا زخم موجود ہوں اور اس میں پیپ پڑی ہوئی ہو اور زرد پانی بہتا ہو، خارش خشک ہو، رات دن کھجاتے کھجاتے بے چین ہو جاتے ہوں اور کسی طرح آرام نہ ہوتا ہو، سر پر گنج ہو اور اس سے زرد آب بہتا ہو، داد موجود ہوں اور بہتیری دواؤں کے استعمال کے باوجود رفع نہ ہوتے ہوں۔ پرانا سوزاک ہو اور اس کی وجہ سے خون میں بھی حدت اور فساد پیدا ہو گیا ہو تو ان سب مرضوں کے لئے شربتِ مصفیٔ اعظم، استعمال کر کے خدا کی قدرت کا مشاہدہ کیجئے۔ اس کے تین ہفتے کے استعمال سے جسم کے تمام پھوڑے اور پھنسی اور زخم وغیرہ خشک ہو جائیں گے اور ان پر کھرنڈ بن کر جھڑ جائیں گے اور آہستہ آہستہ جسم کا پرانا بشرہ بھی دور ہو جائے گا جسم کندن کی مانند چمک آئے گا۔ اور وہ تر و تازہ اور شاداب نظر آنے لگے گا۔ جو مریض اس دوا سے شفا پا چکے ہیں ان کا متفقہ فیصلہ ہے کہ شربت مصفی اعظم در اصل کایا پلٹ دوا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ایک ایک تولہ صبح و شام پی لیا کریں۔ شیرینی، ترش، گرم، لال مرچ، اور بادی اشیا سے پرہیز۔ قیمت فی شیشی ۲۰ تولہ ایک روپیہ۔

حلوائے ثعلب

غالباً ہر ایک ہندوستانی کو اس کا ضرور علم ہو گا کہ ثعلب مصری تقویت باہ اور پیدائش منی کے لئے قابل اعتماد دوا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد بہت کچھ لکھے ہوئے ہیں مجملاً یہ کہ تقویت باہ اعصاب اور اعضار کی کمزوری کو مفید ہے لقوہ، فالج، کزاز اور امراض دماغی میں بے انتہا فائدہ مند ہے سطح جسم میں خوب صورتی پیدا کرتی اور بال پیدا کرتی ہے۔

ہمدرد یونانی دواخانے نے اس بے ضرر چیز کا لعبض اور مقوی اور قیمتی اجزا سے ترتیب دیکر حلوا تیار کیا ہے جو نہایت لطیف، زود ہضم، بے ضرر اور مقوی ہے۔ درد کمر اور جسم کی تکان میں مفید ہے سستی اور سیلان منی کے لئے لاجواب غذا ہے بدن میں فربہی اور قوت پیدا کرنے کے علاوہ رنگ نکھارتا ہے اور جسم میں خون کے سرخ ذرات بکثرت پیدا کرتا ہے۔ موسم سرما کی خاص چیز ہے۔

قیمت فی سیر صرف پانچ روپے (صہ)

خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا

دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے مفید ہے۔ دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے، زیادہ محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا۔ بینائی اور حافظہ کو ترقی دیتا ہے۔ خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے۔ تفریح پیدا کرتا ہے اور دماغ کی خشکی کو رفع کرتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک یہ خمیرہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں یا دیگر مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں قیمت فی تولہ صرف چار آنے ✦ قسم دوئم فی تولہ چار آنے (۴) ✦

معجون فولاد

یہ معجون ایک پُراسرار چیز ہے۔ نہایت قیمتی اجزاء سے مرکب ہے۔ حرارت غریزی کو قوت دیتی ہے۔ اعضائے رئیسہ کی طاقت بڑھاتی ہے جسم کو فربہ اور قوی کرتی ہے عقل و حافظہ کو بڑھاتی ہے۔ لقوہ، رعشہ، عرق النساء، صرع (مرگی) میں نہایت مفید ہے۔ سرعت انزال کو نفع بخشتی ہے اور تمام اعصابی دردوں کے لئے نہایت مجرب ہے۔ وہ لوگ جو عصبی شکایتوں کی وجہ سے باہ کی کمزوری میں مبتلا ہوں، اُن کے واسطے اکسیر ہے ضعیف العمر اصحاب کے واسطے نہایت فائدہ مند ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک رات کو سوتے وقت استعمال کریں، ترش، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔

قیمت فی تولہ صرف چار آنے ✦

مفاصلی

گٹھیا (درد مفاصل) خواہ کسی سبب سے ہو اس کے استعمال سے آرام ہوجاتی ہے جوڑوں کے دردوں کے واسطے تریاقی اثر رکھتی ہے رطوبات فاسدہ اور بلغم کی کثرت کی وجہ سے جو جوڑوں میں درد ہوتا ہے اس کے لئے اکسیر کا کام دیتی ہے۔ ریاحی دردوں کو فوراً دفع کرتی ہے معدے کو فضلات سے پاک کرنے میں لاثانی دوا ہے۔ آنتوں کی رطوبات فاسدہ اور خرابیوں کو دور کرتی ہے غرضکہ آلات ہضم کے تمام نقصانات دور کرکے جسم میں نئی رُوح پیدا کردیتی ہے۔ ریاح اور رطوبات زائدہ کی پیدائش کو روک دیتی ہے گردن اور جوڑوں کے دردوں میں بھی مفید ثابت ہوئی ہے۔ پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ دوا۔

قیمت۔ ۲ یوم کی دوا ڈھائی روپے ✦

حسن یوسفی

یورپ وغیرہ میں لاکھوں روپے کی ایسی چیزیں فروخت ہوتی ہیں جن کو عورتیں چہرے کی ملاحت اور تازگی کے لئے استعمال کرتی ہیں، ہمارا تیار کردہ "حسن یوسفی" بھی ایک خاص شاہی نسخہ ہے جسے شاہی محلات میں اطبائے شاہی استعمال کرایا کرتے تھے عجیب وغریب چیز ہے، آپ اس دوا کو ایک مرتبہ استعمال کرکے دیکھئے چہرے کا رنگ نکھارتی، جلد کو نرم، ملائم اور نازک بناتی ہے۔ دوا نہیں پھولوں کی پنکھڑیاں گلاب کا حسن اور چہرے کا سنگھار ہے۔ ایک دفعہ جس خاتون نے بھی اسے استعمال کرلیا پھر وہ کوئی دوسری انگریزی یا دیسی اس کام کی دوا استعمال نہ کرے گی۔ ترکیب استعمال:۔ بقدرِ حاجت گرم پانی میں گھول کر چہرے پر یا جسم پر ملیں اور خشک ہونے کے بعد دھوڈالیں۔

قیمت فی ڈبیہ ۵ تولہ صرف آٹھ آنے +

دوائے گردہ

اگر ریگ یا پتھری کی وجہ سے درد گردہ کا دورہ ہوتا ہو تو اس دوائے گردہ سے فائدہ اٹھایئے اس کے استعمال سے درد کی شدت فوراً دور ہوجائے گی اور مریض کو فوراً راحت وتسکین حاصل ہوگی اور اس کے استعمال سے ریگ خارج ہوجائے گی اور پتھری ٹوٹ کر بآسانی نکل جائے گی اور پھر یہ مرض پیدا نہیں ہوگا۔ ڈاکٹری میں تو اس مرض کا علاج آپریشن کے سوا کچھ نہیں ہے لیکن ہمارا مشورہ ہے کہ جن لوگوں کو یہ مرض ہو وہ اس دوا کو استعمال کرکے ضرور تجربہ کریں کیا عجب ہے کہ آپریشن کی نہیں ضرورت نہ رہے اور اسی دوا سے آرام ہوجائے۔ ترکیب استعمال:۔ درد کی حالت میں ایک ایک قرص دن میں ۴ مرتبہ ہمراہ سوڈا واٹر یا گرم پانی۔ معمولی دنوں میں صبح وشام ایک ایک قرص ہمراہ تازہ پانی۔ قیمت ۴۰ قرص ڈیڑھ روپیہ +

معجون سیلان الرحم

یہ دوا عورتوں کو بہت مفید ہے پرسوت کو دور کرتی ہے وضع حمل میں قوت کو قائم رکھتی ہے، رحم کی گندہ رطوبت کو جذب کرتی ہے ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتی اور رحم کی خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے۔ دردوں کو دور کرتی ہے۔ نیز بلغمی اور سوداوی بیماریوں کے لئے فائدہ مند ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۶ ماشے یہ معجون صبح کے وقت پاؤ سیر گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ گڑ، تیل اور کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴/) +

دیوانگی اور پاگل ہو جانے کا حیرت انگیز علاج

دواء الشفاء

یہ دوا جنون کے لئے اکسیر ثابت ہوئی ہے ہزاروں مریض اس سے صحت یاب ہو چکے ہیں۔ جہاں تک ہم کو علم ہے اس سے بہتر اور کامیاب علاج دنیا میں نہیں ہے فی الحقیقت بے مثل اور بے نظیر چیز ہے۔ دواءالشفاء کے فوائد کی دھوم ہے۔ اگر خدانخواستہ کوئی پاگل ہو گیا ہے تو اسے پاگل خانے بھیجنے کی جلدی نہ کیجئے پہلے یہ دوا استعمال کرائیے۔ جنون کے جس مریض کی آنکھیں سرخ رہتی ہوں نیند نہ آتی ہو اور زنجیروں میں باندھنے کی ضرورت ہو اس کے لئے یہ دوا نہیں بلکہ اکسیر ہے خاموش اور چپ چاپ رہنے والے مریضوں کو جلد آرام ہو جاتا ہے مگر انہیں زیادہ دیر تک دوا استعمال کرانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مرگی اور اختناق الرحم میں بھی یہ دوا مفید ثابت ہوئی ہے اور اس نے مایوسی کی حالت میں بھی حیرت انگیز فائدہ دکھایا ہے۔ دنیا میں یہ لاثانی دوا حضرت شفاء الملک کے مجربات کا کرشمہ ہے۔ ترکیب استعمال۔ ایک قرص صبح اور ایک ہی شام کو تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں لال مرچ، گوشت و شیریں اشیاء سے پرہیز کرائیں۔ قیمت فی درجن صرف بارہ آنے (۱۲/)

اکسیر صحت

یہ عجیب و غریب دوا اعلیٰ درجے کی مقوی معدہ و جگر ہے۔ کثیر مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے خون کے ہر قسم کے نقص کو رفع کرتی ہے۔ غذا کے ہضم میں اعانت کرتی ہے جسم کو قوی اور فربہ کرتی ہے اعضائے رئیسہ کو قوت پہونچاتی ہے۔ بھوک خوب لگاتی ہے ہر عمر کا آدمی بلا قید موسم بلا تکلف استعمال کر سکتا ہے۔ ایک مرتبہ کا استعمال تمام خوبیوں کو آپ پر ظاہر کر دیگا

ترکیب استعمال کا پرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی ۲۰ خوراک ایک روپیہ

روغن عجیب

یہ روغن دائمی قبض رفع کرنے کے لئے عجیب و غریب چیز ہے۔ آنتوں کی خشکی کو رفع کرتا ہے اور آنتوں کو فضلات سے پاک و صاف کرتا ہے کچھ عرصے تک متواتر استعمال کرنے سے آنتوں کی خشکی بالکل دور ہو جاتی ہے اور روزانہ بافراغت اجابت ہونے لگتی ہے۔ قبض کی شکایت بالکل دور ہو جاتی ہے۔ طب یونانی کی عجیب و غریب بے مثال دوا ہے۔

ترکیب استعمال کا پرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی ۲ تولہ ایک روپیہ (عہ)

عرق شباب رجسٹرڈ

آج کل ہر طرف اعادۂ شباب کے دعوے کئے جا رہے ہیں ہزار ہا دوائیں تیار ہو کر آ رہی ہیں۔ ہمارے دواخانے کے تجربے کار اور کہنہ مشق کارکنوں نے برسوں کے تجربے کے بعد اس عرق کو پبلک کے سامنے پیش کیا ہے جس کی تیاری میں موجودہ زمانے کی نفاست پسندی کا پورا پورا لحاظ رکھا گیا ہے نہایت لطیف اور مصفیٰ عرق ہے اور اپنے گوناگوں اثرات کے لحاظ سے اس قسم کی تمام دواؤں سے سبقت لے گیا ہے حلق سے نیچے اترتے ہی اپنی مسیحائی کے اثرات دکھاتا ہے صحت کے بقا و قیام اور اعادہ شباب کے لئے اس سے بہتر اور کوئی دوا آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ اس کے نسخے کی ترتیب میں باکمال اطبائے نظام جسمانی کی ہر ایک ضرورت کو مدنظر رکھا ہے کیونکہ مکمل صحت اس کے بغیر ناممکن ہے ہم تندرست اسی آدمی کو کہہ سکتے ہیں جس کے جسم کا پورا نظام اپنا فعل باقاعدہ پورا کر رہا ہو۔ اس لئے تندرستی اور اعادہ شباب کے لئے صرف وہ دوائیں کامیاب نہیں ہو سکتیں جو جسم میں اپنے فوری اثرات سے کچھ ہیجان پیدا کر دیتی ہیں۔ یہ مقصد اسی وقت پورا ہو سکتا ہے جب نظام جسمانی پر نظر رکھتے ہوئے ایسا نسخہ تجویز کیا جائے جس میں ہر قسم کی رعایت ملحوظ رکھی گئی ہو۔ بحمداللہ آج ہم وثوق کے ساتھ کہہ سکتے ہیں کہ ہمارا عرق شباب بوڑھوں کو جوان اور جوانوں کو نوجوان بنانے کے لئے تمام بازاری دواؤں سے سبقت لے گیا ہے اور منجملہ اس کے فوائد بیان کرنے کے لئے بھی ایک مکمل کتاب کی ضرورت ہے۔ **ترکیب استعمال**:- ۲ تولہ عرق شباب اور ایک تولہ شہد ملا کر استعمال کریں اور ایک گھنٹہ کے بعد پاؤ بھر دودھ پی لیں۔ گڑ، تیل اور کھٹائی سے پرہیز کریں۔ قیمت فی بوتل صرف پانچ روپے (صہ) +

طلا پیسہ شیر والا

کثرت جماع اور دیگر عوارض کے باعث عضو مخصوص میں اگر خرابی پیدا ہو گئی ہے تو اس کے دور کرنے کے لئے اور رطوبت ردیہ کے جذب اور تحلیل کرنے کے لئے اور اعصاب کو قوت دینے کے طلاء پیسہ شیر والا استعمال کریں۔ اس غرض کے لئے یہ خاص چیز ہے۔ چند روز کے استعمال سے ضعف اور سستی کی تمام شکایتیں دور ہو جائیں گی اور زائل شدہ قوت عود کر آئے گی۔ ترکیب استعمال کا پرچہ ہمراہ طلا ہوگا۔ قیمت فی تولہ چھ روپے (للعہ) +

معجون فلاسفہ

باہ کو بڑھاتی، مادۂ تولید کی پیدائش کو زیادہ کرتی اور بھوک لگاتی ہے سلسل البول اور درد کمر اور گردہ اور وجع مفاصل کو دور کرتی ہے چہرے کا رنگ صاف کرتی اور بوئے دہن زائل کرتی ہے، اور منہ کو خوشبودار بناتی ہے۔ مجوزنے اس کی تجویز کے لئے علمی فلسفہ کو اس قابلیت سے برتا ہے کہ اسم بامسمیٰ بنا دیا ہے۔ ۷ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۶ تولے عرق عنب الثعلب ۶ تولے یا دوسری ادویات کے ساتھ استعمال کی جائے ترش وبادی اشیا سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱ر)۔

فولاد سیال

ضعف معدہ وجگر کے لئے خاص چیز ہے بیماری کے بعد جو نقاہت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے اور جسم میں از سر نو تازگی اور قوت پیدا کرتا ہے۔ کمی خون اور خرابی خون (اینیمیا) وغیرہ امراض میں اس کے فوائد حیرت انگیز ہیں سرخ دانہائے خون کی تعداد میں اضافہ کرتا ہے اور ان میں سرخی خون (ہیموگلوبین) کی مقدار کو زیادہ کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ قطرے ۵ تولے پانی میں ڈال کر صبح وشام استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو روپے (عہ)

حب عنبر مومیائی

قوت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں نوجوانوں کی غلط کاری سے اعضائے رئیسہ کے کمزور ہو جانے سے اعضائے تناسل میں جو ضعف پیدا ہو جاتا ہے اس کو دور کرتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر مخفی شکایتوں کو دور کرتی ہیں۔ مباشرت کے بعد ان کا استعمال بہت مفید ہے۔ قوت میں کمی نہیں ہونے دیتیں اور ان کے استعمال کے بعد قوت عود کر آتی ہے۔ ترکیب استعمال دو گولیاں رات کو سوتے وقت پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ۔

معجون سنگدانہ مرغ

معدے کو قوت دیتی ہے ضعف ہضم کو زائل کرتی ہے غذا کو ہضم کرتی ہے ریاح کو تحلیل کرتی ہے اور ضعف معدہ کو نہایت ہی مفید ثابت ہوئی ہے ضعف معدے کے لئے عجیب وغریب دوا ہے۔ ترکیب استعمال ۔۔ ۷ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۶ تولے یا دوسری مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں ترش وبادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱ر)۔

معجون حمل عنبری علوی خانی

جن عورتوں کا حمل ساقط ہوجاتا ہو یا ام الصبیان میں مبتلا ہو کر ضائع ہوجاتا ہو ان کے لئے بہت مفید ہے۔ حمل کے تیسرے مہینے سے اس کا استعمال شروع کیا جائے پورے دنوں کے بعد بچہ پیدا ہوگا اور ہر آفات سے محفوظ رکھے گا۔ یہ معجون قیمتی اجزا سے بنائی جاتی ہے اور نہایت اعلیٰ شے ہے ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے یہ معجون عرق گاؤزبان ۲ تولہ شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے تیل و بادی اشیائے سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸/) +

مفرح یاقوتی معتدل

حرارت غریزی کی حفاظت کرتی ہے اور اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اسہال اور امراض رحم میں بہت مفید ہے۔ اشتہا پیدا کرتی ہے، اور ہر قسم کی کمزوری کو دور کرتی اور مختلف امراض میں فائدہ دیتی ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے یہ مفرح عرق گاؤزبان ۵ تولہ، عرق بید مشک ۳ تولہ، عرق گذر بسنجہ دگیر ۴ تولہ، شربت انار ۲ تولہ، کے ساتھ استعمال کریں ثقیل غذائیں نہ کھائیں۔

قیمت فی تولہ صرف بارہ آنے (۱۲/) +

روغن بادام شیریں

اعضاء کی خشکی رفع کرتا ہے۔ قبض کو دور کرتا ہے دماغ کو قوت دیتا اور نیند لاتا ہے۔ کم خوابی کی شکایت کو نافع ہے، دست لانے میں اعانت کرتا ہے۔ اس کے فوائد مسلم ہیں۔ ترکیب استعمال اگر قبض انتڑیوں کی خشکی کی وجہ سے ہو تو ۶ ماشہ سے ایک تولہ تک یہ روغن عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ کے ساتھ رات کو سوتے وقت استعمال کریں تقویت دماغ اور نیند لانے کے لئے دماغ پر مالش کریں۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶/) +

خمیرہ مروارید نسخہ کلاں

دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے بہت سا خون نکل جانے یا دستوں کی وجہ سے جو کمزوری ہو جاتی ہو اسکو نیز اور کمزوریوں کو دور کرتا ہے ضعف قلب وخفقان میں بہت مفید ہے۔ موتی جھرہ اور چیچک میں جو گھبراہٹ اور دل پر گرمی ہوتی ہے اسے جلد زائل کرتا ہے سچے موتی جواہرات اور ورق طلا جیسے قیمتی اجزا سے بنایا جاتا ہے۔ ترکیب استعمال) صبح وشام کو ۳ ماشہ سے لیکر ۶ ماشہ تک یہ خمیرہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ یا تنہا استعمال کیا جائے۔ گرم اور بادی چیزوں سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ۱۰/

دوا المسک معتدل جواہر والی

سوداوی خفقان اور مراق مالیخولیا کو بہت مفید ہے۔ دل، جگر اور معدے کو قوت دیتی ہے۔ نیز سوداوی بخارات کو تحلیل کرتی ہے۔ قیمتی فوائد رکھتی ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے سے ۶ ماشے تک یہ دوا المسک صبح کو مناسب بدرقہ کے ساتھ استعمال کی جائے یا عرق عنبر ۴ تولہ عرق گذر ۴ تولہ، عرق بادیان ۴ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ۔ قیمت فی تولہ چھ آنے (۶/) ✦

اطریفل بادامی

دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے نہایت مفید ہے دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے، اور زیادتی محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا، بینائی و حافظہ کو ترقی دیتا ہے اور خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے، تفریح پیدا کرتا ہے، نزلہ اور دردسر کو کھوتا ہے نہایت مفید ہے ترکیب استعمال:۔ ۹ ماشے صبح یا سوتے وقت استعمال کریں اور گرم، کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱/) ✦

اطریفل زمانی

دماغ کا تنقیہ کرتا ہے مالیخولیا اور مراق کو بہت مفید ہے، دردسر، قولنج اور تبخیر کو بہت فائدہ دیتا ہے اس کی مداومت نزلے کا قلع قمع کر دیتی ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۹ ماشے تک ہمراہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ یا تنہا استعمال کریں۔ ترشی و بادی کا پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱/)

حب خاص

ضعف باہ کی ایک مخصوص دوا ہے، بدن کو قوت دیتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو توانا بناتی ہیں ان کے چند روزہ استعمال سے پٹھوں میں قوت آجاتی ہے اور دماغی کمزوری دور ہو کر سستی رفع ہو جاتی ہے۔ بھوک خوب لگتی ہے، خون کی پیدادار زیادہ کرتی ہیں، ان کے چند روز کے استعمال سے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ترکیب استعمال:۔ ایک گولی صبح کو پاؤ بھر دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن صرف تین روپے (۳ روپے) ✦

حب مسہی اعظم جدید

اندرونی خرابیوں کی اصلاح کرکے مادۂ تولید کو بڑھاتی اور باہ کو بے حد قوت پہونچاتی ہیں خون صالح پیدا کرکے چہرے کا رنگ سرخ اور چمکدار بناتی ہیں، پیری میں جوانی کا لطف دکھاتی ہیں، کسی قدر مسہل بھی کرتی ہیں، کم سے کم ۴۰ روز استعمال کرنی چاہئیں۔ ترکیب استعمال بعد کھانا کھانے کے ایک گولی صبح ایک شام کو کھائیں۔ دودھ گھی جس قدر ہضم ہو سکے استعمال کریں قیمت ۲۰ گولی کی شیشی عہ

جواہر مہرہ

تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے امراض کے بعد جو کمزوری رہ جاتی ہے اس کو زائل کرکے اصلی قوت بخشتا ہے نہایت مفید اور مجرب ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۲ چاول یہ جواہر مہرہ خمیرہ گاؤزبان ایک تولہ میں ملاکر استعمال کیا جاتا ہے۔ اشیائے ترش و بادی سے پرہیز۔ فی ماشہ للعہ ۱۵ قرص عہ

نوشدارو لولوی

معدے اور دل و دماغ اور جگر کو قوت دیتی ہے خفقان کو دور کرتی اور منہ میں خوشبو پیدا کرتی ہے عجیب چیز ہے۔ ترکیب استعمال سات ماشے یہ نوشدارو عرق مکوہ ۶ تولہ عرق بادیان ۶ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴/) +

روغن مقوی دماغ

دماغ کو قوت دیتا ہے، بالوں کو سیاہ رکھتا ہے، دردسر اور دماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے، اس کا استعمال رکھیں تو عام دماغی کمزوری سے محفوظ رہیں گے۔ ترکیب استعمال:۔ رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴/) +

قرص اگر

یہ دوا تبخیر کے لئے بے حد مفید ثابت ہوئی ہے معدہ اور جگر کی زائد رطوبت کو اعتدال پر لاتی ہے صفرا کی زیادتی کو رفع کرتی ہے دائمی نزلہ اور درد سر کی شکایت اس کے استعمال سے چند روز میں رفع ہو جاتی ہے غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے مقوی دل و دماغ و جگر ہے۔ ترکیب استعمال:۔ دو دو قرص کھانے کے بعد صبح شام پانی کے ساتھ استعمال کریں گرم ثقیل اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی (۸۰ قرص) صرف ایک روپیہ آٹھ آنے

حب امساک

ہم نے سنا ہے کہ اکثر لوگ امساک کی ادویہ کا اشتہار دیکھ کر یہ کہدیا کرتے ہیں کہ اوہ! یہ ایک فضول چیز ہے اس کا کبھی اثر ہی نہیں نہیں ہوتا درحقیقت بات اس قدر ہے بھی ضرور کہ اشتہار بازوں نے پبلک کو بہت ہی بُری طرح دھوکہ دیا ہے اشتہار میں جو چاہا لکھدیا اور پارسل میں جو چاہا بھیجدیا، اس کا انسداد صرف اس طرح پر ہو سکتا ہے کہ کسی دواخانے سے کوئی دوا نہ منگائی جائے جب تک اس کا سرپرست کوئی ذمہ دار حکیم نہ ہو۔ ہم ان حبوب کے ذمہ دار ہیں۔ اثر نہ ہو کیا معنی؟ لطف یہ ہے کہ آپ کمزور بھی ہیں اور سرعت کی شکایت بھی ہے۔ پھر یہ گولیاں اپنا کام کرکے اپنا نام کرتی ہیں "ہاتھ کنگن کو آرسی کیا ہے"! ایک درجن منگایئے اور بارہ شب گھنٹوں لطف اٹھایئے ترکیب استعمال کا پرچہ ہمراہ دوا ہوگا۔ قیمت ایک درجن کی صرف تین روپے (عہ) ؞

طلاءِ کیمیا تاثیر

اس زمانے میں جہاں تک دیکھا گیا ہے پچانوے فی صدی ابنائے وطن کمزوری اور ضعف باہ کے شاکی ہیں جس کی وجہ زیادہ تر بچپن کی غلط کاری، اور جوانی کی بے عنوانیاں ہوتی ہیں اور پھر غضب یہ ہے کہ شرم کے مارے نہ کسی حاذق طبیب سے رجوع کر سکتے ہیں اور نہ اپنا دردِ دل کہہ سکتے ہیں، اور دل کی حسرت دل ہی میں لئے ہوئے دنیا سے سفر کر جاتے ہیں۔ لہٰذا اُن حضرات کے واسطے جو اپنے آپ کو تباہ کر چکے ہوں اور از کار رفتہ و مایوس ہو کر موت کو زندگانی سے بہتر سمجھنے لگے ہوں یہ طلاء نہایت محنت اور جستجو سے تیار کیا گیا ہے فی الواقع یہ طلا کیمیا تاثیر ہے اور لطف یہ ہے کہ بالکل بے ضرر ہے نہ آبلہ پیدا کرتا ہے نہ سوزش اور بے چینی پیدا ہوتی ہے اور اگر دو ہفتے پابندیٔ شرائط کے ساتھ اس کا استعمال کیا جائے تو عضو کی تمام کمزوری و سستی کو خواہ وہ کسی سبب سے ہو زائل کرکے از سر نو قوت و برانگیختگی پیدا کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال**:- ۴ رتی سر اور سیون بچا کر مالش کریں اور اوپر سے بنگلہ پان یا معمولی پان نیم گرم کرکے کچے سوت سے باندھیں۔ صبح کو کھول دیں اور سرد پانی سے پرہیز کریں اور جب تک طلاء کا استعمال رہے جماع سے قطعی پرہیز کریں۔ اگر کچھ دانے نکل آئیں تو طلاء موقوف کرکے چنبیلی کا تیل لگائیں اور آرام ہونے کے بعد پھر دوبارہ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ چار روپے (للعہ)

معجون جذام

مرض جذام کے لئے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے نیز جذر و فساد خون اور آتشک کو بھی مفید ہے۔ ترکیب استعمال خوراک ایک تولہ بوقت صبح۔ اشیائے بادی، ترش و شیریں سے پرہیز۔ اور غذا میں نمک کم کھائیں۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱) ؞

اعصاب اور قوت باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے

لبوب اعظم

نہایت قیمتی اجزا سے مرکب ہے کیونکہ تمام مقوی ادویات کے جوہر اڑا کر کیمیا دی طریقہ پر تیار کیا گیا ہے اس لئے تمام مقوی ادویات سے بہتر ہے۔ قوت مردمی میں اضافہ کرتا ہے کثرت جماع و غلط کاری وجریان جس کے علاج میں لاپروائی کی گئی ہو۔ کثرت احتلام، گردہ و مثانہ کی کمزوری کو دور کرکے قوی کرتا ہے خون صالح بکثرت پیدا کرتا ہے چہرے کو بارونق اور جسم کو فربہ اور طاقت ور بنا دیتا ہے اور باہ میں حیرت انگیز قوت پیدا کرتا ہے وہ لوگ جو عصبی شکایتوں کی وجہ سے باہ کے مریض ہیں ان کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے یہ لبوب کھا کر ایک پاؤ دودھ پی لیں۔ اگر کچھ گرمی زیادہ محسوس ہو تو دودھ زیادہ استعمال میں لائیں۔ قیمت فی شیشی جس میں ۱۴ خوراک دوا ہے صرف پانچ روپے (صہ)

قرص جریان جدید

جریان جیسے تباہ کن مرض کے لئے قرص جریان ایک نعمت ہیں جریان کا سبب خواہ کچھ بھی ہو ہر صورت میں اپنا معجزنما اثر دکھاتے ہیں۔ اعضائے تناسل کی بگڑی ہوئی حس کو اعتدال پر لا کر ان کو صحیح حالت میں لاتے ہیں اس دوا کی دو تین خوراکیں ہی کثرت احتلام کو روک دیتی ہیں غرض کہ یہ قرص جریان کثرت احتلام اور اس کے عوارض کا کامیاب اور مجرب علاج ہیں۔ ترکیب استعمال:۔ ایک ایک قرص صبح و شام تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ گرم، ترش، اور بادی اشیاء کا پرہیز۔

قیمت فی شیشی جس میں چالیس یوم کے استعمال کی دوا ہے دو روپے، آٹھ آنے (عہ)

طلائے الماس

یہ عجیب وغریب طلاء ہے جس کے فوائد کا چرچا عام ہے۔ ہیرے جیسے قیمتی اجزاء سے خاص اہتمام سے تیار کیا جاتا ہے عضو مخصوص کی ہر قسم کی خرابی رفع کرنے میں عدیم المثال ہے سست اور بے کار اعصاب از سر نو تازہ ہو جاتے ہیں کجی، لاغری، کمزوری کو جلد رفع کرتا ہے اس کے چند روزہ استعمال سے مریض اپنے اندر غیر معمولی قوت محسوس کرنے لگتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ایک گولی کا ۱/۴ حصہ لعاب دہن میں گھس کر حشفہ اور سیون چھوڑ کر لگائیں اوپر سے پان باندھ دیں دوران استعمال میں جماع سے قطعی پرہیز۔

قیمت فی گولی صرف چار روپے (للعہ)

کشتہ طلاء کلاں

اس سے قبل اس کشتہ میں سونے کے ذرات قائم و نمودار رہتے تھے جس کی وجہ سے اکثر طبیب و وید صاحبان کا یہ اعتراض تھا کہ یہ کشتہ نہیں ہے۔ کشتہ وہ ہے جو خاک ہو جائے۔ اس لئے اب ہم نے اس کو دوسری ترکیب سے تیار کیا ہے جو نہایت عمدہ مثل مسکہ اور بالکل غبار ہو گیا ہے اور فائدے میں پہلے سے بہتر اور زیادہ مفید ثابت ہوا ہے۔ اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے۔ ارواح و حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے۔ جسمانی قوتوں کو قائم رکھتا ہے اور باہ کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اعلیٰ درجے کا مقوی اور ہاضم ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۲ چاول یہ کشتہ بنوب کبیر ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے یا دوا المسک جواہر والی ۵ ماشے یا معجون جالی نوس لولوی ۴ ماشے یا مکھن دو تولے کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔ مرغن غذا اور دودھ مکھن وغیرہ کا زیادہ استعمال مفید ہوگا قیمت فی تولہ ایک سو بیس روپے (ماعہ) فی ماشہ دس روپے۔ قرص ۵ خوراک پانچ روپے

سفوف حیرت

فوری ضرورت کی چیز ہے شادی کے روز فکر کی ضرورت ہے ایک خوراک سفوف حیرت شام کو کھائیے اور اگلی صبح سرخرو و شادکام مجمع احباب میں آئیے یہ سفوف حکیم صاحب قبلہ کا خاص کام کے لئے خاص عطیہ ہے بجلی کی سی قوت اس مرکب میں پیدا کر دی گئی ہے۔ بیان کیا جاتا ہے کہ اس سفوف کی بدولت اکثر حکما جن کو یہ نسخہ معلوم تھا سلاطین مغلیہ کے مقرب ہو گئے تھے اجزا بھی حیرت انگیز ہیں اور نہایت دوران کاہی کے بعد فراہم ہوئے ہیں جواہر، مشک اور عنبر اس کا خاص جزو ہیں، اسی وجہ سے قیمت بھی زیادہ ہے لیکن یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ اس کی ایک ہی خوراک وہ کام دے دے گی جو دوسری ادویات مدتوں کے بعد بھی نہ دے سکیں گی ایک سال میں ۴ روز کھا لیجئے، اور کمزوری کی طرف سے بے فکر ہو جائیے۔ شادی سے ۳ روز پہلے شروع کر دیجئے اگر بہت زیادہ خرابی ہو تو ۷ روز پہلے شروع کریں۔ ترکیب استعمال ایک خوراک بوقت خواب ہمراہ بالائی استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ ۸، سات خوراک صرف تین روپے (سے)

خمیرہ زہر مہرہ

خفقان، وحشت، مالیخولیا اور مراق کے لئے نہایت مفید ہے اور تشنگی کو دور کرتا ہے نیز تقویت قلب کے لئے بھی بے مثل ثابت ہوا ہے۔ ۳ ماشہ صبح یا سہ پہر استعمال کریں گرم و بادی اشیاء سے پرہیز قیمتولہ آٹھ آنے

حب اسمر

قوت مردمی کا ضعف دور کرتی ہیں اور عام جسمانی کمزوری کے عوض قوت اور طاقت پیدا کرتی ہیں کمزوری خواہ جوانی میں ابتدائی شباب کی بے احتیاطیوں کی وجہ سے خواہ جوانی گذرنے کے بعد تقاضائے سن و سال کی وجہ سے ہو انسانی ہستی کے لئے ایک بڑی مصیبت ہے اور جن ادویہ سے کہ اس مصیبت کا چارہ ہو سکتا ہے ان میں سے یہ ایک بہتر چیز ہے۔ عالی جناب مسیح الملک مرحوم کے مجربات خاندانی میں سے ہے۔ **ترکیب استعمال**:۔ جوانوں کو آدھی گولی رات کو سوتے وقت آدھ پاؤ گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔ بوڑھے آدمی ایک پوری گولی استعمال کریں گھی اور دودھ بقدر برداشت ضرور استعمال ہو۔ دس بارہ روز تک استعمال کرنے کے بعد حالت سے اطلاع دی جائے۔ ترش اور بادی اشیا، نیز مجامعت سے ہنگام استعمال پرہیز کیا جائے، جاڑے کے موسم میں بلا ضرورت بھی جو لوگ استعمال کریں وہ آئندہ عمر میں اس کا فائدہ اٹھائیں گے، گرمیوں کے موسم میں گرم مقامات پر اس گولی کے استعمال کرنے کی اجازت نہیں۔ صرف گرمی میں پہاڑوں پر ٹھنڈے مقامات میں آدھی گولی صبح کو ناشتے کے بعد استعمال کی جائے۔ عام طور پر صرف موسم سرما میں اس کا استعمال مناسب ہے زندگی میں صرف ایک بار ضرور یہ چالیس گولیاں استعمال کیجئے۔ قیمت فی ماشہ نو روپے [illegible] ◆

اکسیر سوزاک

یہ بازاری پری پیکر ہیں ایک آفت کے پرکالے کوئی ہے مار عقرب اور کسی نے ناگ ہیں پالے، یہ مانی ہوئی بات ہے کہ اس مرض کی ابتدا فاحشہ عورات سے ہی ہوئی ہے۔ اطباء نے اس مرض کو متعدی اور غیر متعدی مانا ہے۔ غیر متعدی کا نام طب میں حرقت البول ہے اور متعدی کا نام قرحہ مجری البول۔ غیر متعدی سوزاک چند مدربول نسخہ جات سے جاتا رہتا ہے لیکن پیشاب کی نالی میں جب زخم پڑ جائے تو زیادہ توجہ کے ساتھ علاج کی ضرورت ہے۔ ہمدرد دواخانہ اس سعی پر شایان مبارکباد ہے کہ اس نے اکسیر سوزاک کے ذریعہ قرحہ کو بھر دیا ہے۔ اور سوزاک پر پورا قبضہ پا لیا؟ اب آپ کو اطباء کی ناز برداری اٹھانے کی ضرورت نہیں "اکسیر سوزاک" منگائیے اور اس مرض سے نجات حاصل کیجئے۔ **ترکیب استعمال**:۔ ایک خوراک صبح کو ایک شام کو پی لی جائے، دوران استعمال میں گڑ، تیل، ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ فروٹ وغیرہ زیادہ استعمال کریں۔ گرم اشیائے بھی پرہیز کریں۔ قیمت دو اونس کی شیشی صرف ایک روپیہ۔ ایک شیشی میں ۱۴ خوراک دوا ہوتی ہے ◆

۷۸۶

کہہ رہا ہے جوشِ دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

ماہوار طبی رسالہ

جلد ۹	بابت ماہِ جنوری سنہ ۱۹۴۴ء	نمبر ۷

شمار	عنوان	صفحہ

"اختلاجِ قلب"

{رشحاتِ قلم بقراطِ دوراں مسیح الملک ثانی شہنشاہِ طب عالی جناب علامہ پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب مدظلہٗ مٹیا برج، کلکتہ}

تعریف مرض اختلاج قلب یعنی دل کا دھڑکنا اسے ڈاکٹری میں (Palpitation of the Heart) کہتے ہیں۔ دل دھک دھک کرنے لگتا ہے۔ اس کی رفتار تیز ہوجاتی ہے۔ قلب اگرچہ سینے جیسی سخت اور مضبوط ہڈی کے نیچے واقع ہے (بائیں جانب) مگر اختلاج شروع ہوجاتا ہے تو آپ سینے پر ہاتھ رکھ کر بھی بخوبی یہ معلوم کرسکتے ہیں کہ دل سخت اضطرابی حالت میں زور زور سے تڑپ رہا ہے اور اس کے تڑپنے کی لہر ہاتھ رکھنے سے محسوس ہوتی ہے۔ یہ مرض زیادہ تر امیروں اور رئیسوں، زمینداروں، فربہ اندام اور بالکل نحیف بدن و نازک مزاج حضرات کو ہوا کرتا ہے لیکن یہ بھی مشاہدے میں آچکا ہے کہ اکثر غریب طبقے کے لوگ بھی اس مرض کا شکار ہوجاتے ہیں اور میرا ذاتی تجربہ ہے کہ اکثر یہ مرض فلم کی ایکٹرسوں اور گویّوں کو بھی ہوا کرتا ہے۔

ذاتی مشاہدہ:۔ آج تقریباً ایک ماہ کا عرصہ ہوا کہ ایک ضعیفہ ہمارے پاس آئیں اور کہنے لگیں کہ میرے بڑھاپے کا سہارا بس صرف ایک ہی لڑکا ہے جسے میں نے بڑی مصیبتوں سے پالا ہے مگر آج وہ سخت اضطرابی حالت میں مبتلا ہے اُسے "اختلاجِ قلب" ہے۔ بڑھیا کے اصرار سے میں گیا، اور میں نے اس نوجوان کو دیکھا وہ آہ و بُکا میں مصروف تھا، اور سینے پر ہاتھ رکھ کر نہایت بے چینی سے چیخ رہا تھا، اور چہرہ پسینے سے تر تھا۔ میں نے دریافت کیا کہنے لگا، "پروفیسر صاحب قبلہ! ہماری بے ادبی معاف فرمائیں تو عرض کروں"؟ میں نے کہا، "کہو!" کہنے لگا، "جناب عالی! میں بدقسمتی سے ایک فلم دیکھنے گیا اور اپنا دل پری چہرہ مس نسیم کو نذر کرچکا ہوں اور سبل مرض ہوں!"

میں نے اسے اختلاج قلب نہیں تجویز کیا بلکہ اسے مالیخولیائے مراقی پر ترجیح دیا۔ ذرا ملاحظہ ہو کہاں مس نسیم جیسی طوائف اور کہاں یہ غریب مزدور؟ جو ایکٹریس مذکور کے ہاں ملازم کی سی حیثیت بھی نہیں حاصل کرسکتا۔ اور اس کے یہ بڑھے ہوئے حوصلے! اللہ غنی!! بہرکیف میری التجا آج کل کے نوجوانوں سے یہ ہے کہ وہ فلم دیکھیں اور ضرور دیکھیں مگر للہ وہ کسی ایکٹریس (فلمی پری) کو اپنا دل نذر نہ کر بیٹھیں۔ اور اس میں سوائے اس کے کہ ان کی جان تڑپ تڑپ کر جائے اور کچھ حاصل نہیں۔ عشق

کرنے سے پہلے اپنے تئیں ذرا غور کریں کہ آپ کیا ہیں؟ آپ کی ہستی ہی کیا ہے؟ اگر آپ نے یہ سمجھ لیا تو پھر یقیناً آپ خود ہی خاموش ہو جائیں گے۔

اختلاج قلب کے اسباب

اس مرض کا سبب سب سے بڑا بے فکری ہے۔ اور دوسرے اسباب بھی ہیں جیسے موٹاپا، فلمی گانے، فلمی گراموفون ریکارڈس، مفلسی، نشہ خوری، ورم غلاف قلب (Endocarditis) ضعف قلب، آتشک کا مادہ، سوزاک کہنہ، ضعف باہ، کمزوری اعصاب، ضعف جگر، عام کمزوری (Genral Debility) گوشت خوری، غم، رنج، خوشی، کمی خون (Anaemia) وغیرہ وغیرہ۔

مرض کی پیتھالوجی

دل کے چار گوشے ہیں۔ دو اوپر اور دو نیچے۔ اوپر والے داہنے گوشے کو "رائیٹ آوریکل" اور بائیں گوشے کو "لفٹ آوریکل" کہتے ہیں۔ نیچے والے داہنے گوشے کو "رائیٹ وینٹریکل" اور نیچے والے بائیں گوشے کو "لفٹ وینٹریکل" کہتے ہیں۔ اور خون ہر وقت ان چاروں گوشوں میں دوران کرتا رہتا ہے۔ بالعموم جب طبیعت میں گھبراہٹ پیدا ہوتی ہے تو دوران خون تیز ہو جاتا ہے اور دل کے انہیں خانوں میں خون زوروں سے گردش کرنے لگتا ہے جس سے دل دھڑکنے لگتا ہے اور اختلاج شروع ہو جاتا ہے جسے عام اصطلاح میں "اختلاج قلب" کہتے ہیں

اب رہا سوال "تبدیلی ساخت قلب"، تو جب جس مرض کے باعث اختلاج ہوا کرتا ہے اسی مرض کے موافق قلب میں تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں۔ مثلاً اگر "ورم غلاف قلب" کے باعث اختلاج ہوا ہو، تو اس وقت دل کے اوپر والے غلاف میں تشنج یا ورم رہتا ہے یا اگر آتشک کے مادے کے باعث اختلاج ہوتا ہو تو دل کے اندرونی ریشوں میں آتشک کے جراثیم (Spirocheta Pallifa) موجود ہوتے ہیں جو اکثر ملحقہ گوشوں کے غشائے مخاطی (Mucus Membrain) کو چاٹ چاٹ کر ان میں قلیات پیدا کر دیتے ہیں..... اس طرح جس مرض کے باعث اختلاج ہوا کرتا ہے اسی موافقت سے بتدریج دل کی ساخت میں بھی تبدیلیاں واقع ہوا کرتی ہیں.... کثرت مئے نوشی کے باعث قلب کی دیواریں کمزور اور نحیف ہو جاتی ہیں، اور مختلف تبدیلیاں واقع ہو جاتی ہیں۔

دنیا کے مشہور پروفیسروں کی نظریات

(۱) لفٹنٹ کرنل ہیوگو ریملہ۔ ایک جرمنی پروفیسر کا مقولہ ہے کہ اختلاج قلب کا سبب ورم قلب یعنی (Mayocarditis) ہے

(۲) پروفیسر چارلس تھومز اس لندن کے پروفیسر کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا اصلی سبب

(Angina Pectoris) یعنی وجع القلب ہے۔

(۳) پروفیسر یاکونیکا شیما۔ اس جاپانی پروفیسر (ٹوکیو میڈیکل یونیورسٹی کا پریسیڈنٹ) کا مقولہ ہے کہ اختلاجِ قلب کثرتِ شراب نوشی سے عارض ہوتا ہے۔

(۴) پروفیسر جنگ فُوا۔ اس چینی پروفیسر کا مقولہ ہے کہ اختلاجِ قلب کا سبب (Brady - cardia) یعنی ضعفِ قلب ہے۔

(۵) پروفیسر میکانوپورسکی۔ اس روسی مدبّر کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا باعث مرض مائی ٹرل ریگارجی ٹیشن (Mitral Regargitation) ہے۔

(۶) پروفیسر جیمس چارلس۔ امریکن مدبّر کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا باعث مرض مائی ٹرل اسٹنوسس (Mitral Stenosis) ہے۔

(۷) پروفیسر انٹوائن کیانو۔ اٹلی کے ماہر الادویہ کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا باعث دلی غم اور دلی صدمہ ہے۔

(۸) پروفیسر سکسوئیل لیوپولڈ۔ اس بلجیم کے مدبّر کا مقولہ ہے کہ اختلاج قلب کا باعث کثرت جماع (Excessive Coition) ہے۔

(۹) پروفیسر جون لیبران۔ اس فرانس کے مدبّر کا مقولہ ہے کہ اختلاج قلب کا پچھتّر فی صدی سبب فلم اور اسٹیج کی پریاں ہیں جن کے دلکش ناچ اور گانے دلوں کو مسحور کر کے دل کی عمارت کو منہدم و پامال کر دیتے ہیں۔

(۱۰) پروفیسر ہاف مین لیوس۔ اس نورویجین پروفیسر کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا صحیح سبب دورانِ خون کی تیزی ہے جسے ہائی بلڈ پریشر کہتے ہیں۔ یعنی قشر الدم قوی۔

(۱۱) پروفیسر ایں آر گھوش۔ بنگال کے اس مدبّر کا خیال ہے کہ اختلاج قلب کا باعث جسم کا زیادتی کے ساتھ موٹا ہونا ہے۔

(۱۲) پروفیسر اسیہاک ہاول۔ اس فلسطینی ماہر سائنس کا مقولہ ہے کہ اختلاج قلب کا باعث زیادہ تر تمباکو نوشی ہے۔

(۱۳) پروفیسر ایس ہیننگ۔ اس سوئیزرلینڈ کے ماہر سائنس کا مقولہ ہے کہ اختلاج قلب کا باعث ضعفِ جگر ہے۔

پروگ نوسس یعنی نتائج

اختلاجِ قلب اگر دل کے کسی خاص مرض کی وجہ سے عارض

ہوا ہو، تو نتیجہ بالعموم ، کارڈیک فیلیور، یعنی ساقط القلب ہو کر نکلتا ہے جس سے موت آناً فاناً لاحق ہوتی ہے

کامیاب علاج

چائے، انڈے، شراب نوشی، رنج، خوف، غم و غصہ، بیگن، لال مرچ، گائے گوشت، تمباکو نوشی ترک کر دیں۔ اور مندرجہ ذیل نسخہ تیار کر کے استعمال میں لائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اختلاج قلب کا ہمیشہ ہمیشہ کے لئے قلع قمع ہو جاتا ہے خواہ دل کے کسی مرض کے باعث بھی اختلاج پیدا ہوا ہو۔ الاّ قلبی عشق!

حبِ اکسیر قلب۔ یاقوت احمر ۶ ماشے، سنگ یشب سبز ۶ ماشے، مروارید ناسفتہ ۶ ماشے، زعفران کشمیری ۶ ماشے، شاخ مرجان ۶ ماشے، طباشیر کبود ۶ ماشے، مشک خالص ۶ ماشے، عنبر اشہب قسم اول ۶ ماشے، ورق نقرہ اصلی ۶ ماشے، ورق طلاء اصلی ۳ ماشے، حجر القلب ۶ ماشے، حجر لاجورد ۶ ماشے۔ ان تمام ادویات کو خوب باریک کریں۔ پیک سلطان اینڈ کمپنی امریکہ کا ساختہ مرکب کیک ٹینا پلیٹس (Cactina Pilets) ایک فائل اضافہ کر کے آب تخم فرنجمشک کے ہمراہ چار یوم کھرل کریں۔ بعدہٗ گم اکاشیا پاؤڈر قدرے اضافہ کر کے حبوب بقدر نخود تیار کر کے دھوپ میں خشک کر کے ورق نقرہ گولیوں پر لپیٹ کر شیشی میں رکھیں۔ بس دوا تیار ہے۔

ترکیب استعمال۔ ایک گولی صبح، ایک گولی دوپہر، اور ایک گولی شام کو ۵ تولے عرق بید مشک یا عرق گاؤزبان کے ہمراہ نوش فرما دیں۔

دودھ، دہی، مکھن، بالائی، ساگ، سبزیاں، انار، نارنگیاں، انگور، سیب، چاول، روٹی، چینی، مٹھائیاں، وغیرہ وغیرہ سب خوب خوشی سے استعمال کر سکتے ہیں۔

اختلاج قلب کے لئے یہ علاج سو فی صدی مجرب ہے اور ہمارا معمول مطب ہے۔ ناظرین چشمۂ حیات کے لئے درج کر دیا گیا ہے۔ تیار کریں، اور فیضیاب ہوں۔

(صفحہ ۱۰ کا باقی مضمون یہ ہے)

زنجبیل	۵ تولے ۹ ماشے
فلفل سفید	۳ تولے ۱۰ ماشے

باریک کر کے ملائیں اور مثل شہد کے قوام کر لیں ۔

(۵) ضماد ورم معدہ و عضلات

سونٹھ	۵ تولے
جاؤشیر	۵ تولے
صبر	پونے ۹ ماشے
بہروز	پونے ۹ ماشے
علک الانباط	پونے ۹ ماشے
موم	ساڑھے ۷ تولے
روغن سوسن	۷۰ تولے

بدستور روغن تیار کریں۔ تحلیل اورام کے لئے نہایت ہی مفید چیز ہے ۔

۔ عبد اللطیف ۔

سیلانُ الرحم

(از جناب حکیم سید بدر الحسن صاحب بھوپالی ویدک اینڈ یونانی طبیہ کالج امرتسر)

سیلان الرحم ایک مخصوص مرض ہے جس میں عورت کے رحم سے ایک قسم کی سفید رطوبت خارج ہوتی ہے جسے عام طور پر پانی جانا یا سفیدی جانا کہتے ہیں۔ اس کو عربی میں سیلان الرحم، اور فارسی میں بھی عموماً سیلان الرحم، اور انگریزی میں لیکوریا کہتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ کم و بیش رطوبت کا اخراج تقریباً ہر عورت میں طبعی طور پر بھی ہوا کرتا ہے۔ اور اس سے کوئی مرضی نتائج بھی پیدا نہیں ہوتے۔ لیکن اس وقت جب کہ رطوبت کی مقدار میں غیر معمولی زیادتی یا اس کی نوعیت میں کچھ نمایاں یا خوردبینی تغیرات پیدا ہو جاتے ہیں۔ تو اس غیر طبعی کیفیت پر سیلان الرحم کا اطلاق ہو جاتا ہے۔

اسبابِ مرض سیلان الرحم عموماً (۱) رحم کا ٹل جانا (۲) رحم میں اجسام غریبہ کی موجودگی، (۳) وضع حمل کے بعد رحم کا پورے طور پر پہلی شکل اختیار نہ کرنا (۴) رحم کی داخلی غشار کا ورم (۵) سرطان رحم (۶) مختلف قسم کے نواصیر و مجاری میں بھی مواد مہیجہ مثلاً بول و براز کے گذرنے کی وجہ سے جو تہیج پیدا ہوتا ہے اس سے بھی سیلان الرحم پیدا ہو سکتا ہے (۷) اس کے علاوہ بعض اوقات صرف طبعی رطوبت مہبلی میں زیادتی ہو کر سیلان الرحم پیدا ہو جاتا ہے (۸) ایسا سیلان الرحم جس میں محض طبعی ارتشاح رطوبت مہبلی میں زیادتی ہو جاتی ہے عموماً غیر شادی شدہ لڑکیوں میں پایا جاتا ہے (۹) یا ان رطوبات کی پیدائش خاص رحم میں ہوتی ہے جب کہ رحم کی قوت غاذیہ ضعیف ہو جاتی ہے (۱۰) یا یہ رطوبتیں تمام بدن کے فضلات و مواد ہوتے ہیں جو رحم کی طرف اس وجہ سے چلے جاتے ہیں کہ بدن ان رطوبات کو اپنی صفائی کے لئے رحم کی طرف دفع کر دیتا ہے (۱۱) یا یہ رطوبتیں بلغمی ہوتی ہیں یا صفراوی یا سوداوی یا دموی۔ ان رطوبات و اخلاط کا پتہ خون حیض کے کپڑوں یا صوف سے بخوبی چل سکتا ہے۔

علامات مریضہ کی بھوک جاتی رہتی ہے۔ مریضہ عموماً لاغر، سست، اور کمزور، چہرہ پژمردہ طبیعت میں کسل و کاہلی ہوتی ہے۔ کسی کام پر طبیعت نہیں لگتی۔ مریضہ کا سانس بعض وقت تنگ ہو جاتا ہے۔ مریضہ کی آنکھوں پر ورم پیدا ہو جاتا ہے۔ رطوبت غلیظ القوام و بغیر بدبو کے خارج ہوتی ہے۔ اکثر کمر و سر میں درد رہتا ہے۔

اصول علاج

مرض کا سبب معلوم کر کے اس کا مناسب تدارک کریں۔ بلا سوچے اور سمجھے محققات یا قابضات کا استعمال نہ کریں۔ اگر ضرورت سمجھیں تو منضجات دیکر مسہلات پلائیں، اور رحم کو تقویت دیں۔ ہر حالت میں مریضہ کو صاف ستھرا رکھیں، اور اس کو پورا پورا آرام پہونچائیں۔ سیر و تفریح کرائیں۔ ہلکی و زود ہضم غذائیں دیں۔ اس مرض میں چونکہ عموماً رحم کی غشائے مخاطی متورم ہوتی ہے۔ اس لئے اس کی رعایت رکھتے ہوئے صبح و شام یہ نسخے پلائیں صبح کو جوارش مصطگی ۶ ماشے کھلا کر اوپر سے برنجاسف ہنکائی، بادیان، تخم خیارین، بادآورد ہر ایک ۳ ماشے کو گرم پانی میں بھگو کر صبح مل چھان کر شربت بنفشہ ۲ تولہ ڈال کر پلائیں۔ اور شام کو نوشدارو لولوی ۵ ماشے کھلا کر اوپر سے بادیان، مکوخشک ہر ایک ۵ ماشے، عرق برنجاسف ۱۲ تولے، میں پیس چھان کر خمیرہ بنفشہ ۲ تولہ ملا کر پلائیں۔ ان نسخوں کے علاوہ روزانہ نیم گرم پانی سے بذریعہ اینیما (حقنہ) رحم کو دھوتے رہیں۔ یا مندرجہ ذیل پچکاری کام میں لائیں جو التہابی کیفیت رفع کرنے کے لئے مفید ہے۔ گل بابونہ، مکوخشک بخورمریم، قیصوم ہر ایک ۲ تولے کو ۲ سیر پانی میں جوش دیں۔ اور چھان کر پچکاری سے اندام نہانی کو دھوئیں۔ اگر مریضہ عام کمزوری یا ضعف اعصاب میں مبتلا ہو تو صبح کو کشتہ فولاد ۴ رتی، معجون سپاری پاک ۶ ماشے میں ملا کر یا معجون فلاسفہ میں ملا کر کھلائیں اور اگر قبض ہو تو حقنہ ملین سے آنتوں کو صاف کراتے رہیں اور اگر یہ ممکن نہ ہو تو قرص ملین یا حب عصارہ ۲ یا ۴ عدد ہمراہ شربت دینار اور عرق بادیان دیں۔

نسخہ جات مجرب و معمولات مطب

حمول سیلان الرحم:- جو سیلان الرحم کے لئے اکسیر ہے۔ رسوت، پھٹکری، کتھہ، مازو سبز، پوست ببول، ہر ایک ایک تولے۔ سب کو ایک سیر پانی میں جوش دیں کہ نصف رہ جائے۔ پھر چھان کر بوتل میں رکھیں اور حمول کریں۔

فرزجہ سیلان الرحم:- جو سیلان الرحم اور اکثر سیلان مہبلی میں مفید ہے۔ اقاقیا، گلنار، مازو سبز، پھٹکری، سنبل الطیب ہر ایک ۳ ماشے۔ سب کو پیس کر ۲-۲ ماشے کی پوٹلیاں بنا کر رحم میں رکھیں۔

سفوف سیلان الرحم:- جو سیلان الرحم کی اکثر حالتوں میں تیر بہدف ہے (نسخہ) گل سپاری، گوندڈھاک ہر ایک ۴ تولے، اسگند ناگوری، اندر جو شیریں ہر ایک ۲ تولے، دارچینی، ریوندہ موصلی سفید، نانخواہ ۔ تالمکھانہ، دانہ الائچی کلاں ہر ایک ایک تولہ، مائیں خورد ۲ تولے، کشتہ قلعی ۶ ماشے، کشتہ

پوست بیضہ مرغ ۶ ماشے، طباشیر ۶ ماشے، مصطگی ۶ ماشے، سب کو ملا کر سفوف بنالیں اور ہموزن قند ملا کر رکھ لیں۔ خوراک۔ ۳ ماشے صبح و شام دیں۔ ہمراہ دودھ یا آب تازہ۔

معجون سیلان الرحم:- جو سیلان الرحم جدید و کہنہ میں ازحد مفید ہے۔ گل فوفل، گل پستہ، موچرس، صمغ عربی، مولسری مصطگی، گل دھاوا، دانہ الائچی کلاں، گل سرخ، گل سیوتی، جفت بلوط، تالمکھانہ، بیجبند، گل بابونہ، ثعلب مصری، بہمن سرخ، بہمن سفید، تودری سرخ، تودری زرد ہر ایک ۲ تولے، مغز بنبہ دانہ ۳ تولے، مغز تخم قرطم ۳ تولے، لسان العصافیر ۳ تولے، مغز کدو شیریں ۵ تولے، سب کو باریک کوٹ چھان کر قند سفید ½۲ پاؤ، شہد خالص ½۱ پاؤ میں قوام تیار کر کے معجون بنالیں۔ خوراک ایک تولے صبح ہمراہ دودھ نیم گرم۔

سپاری پاک:- سپاری چکنی ۱۰ تولے، خرما ۵ تولے، مجیٹھ ۵ تولے، سب کو ۵ سیر دودھ میں ڈال کر اس قدر جوش دیں کہ دودھ کا کھویا سا ہو جائے۔ اب گوند ببول ۱۰ تولے، نشاستہ، آرد مونگ ہر ایک ۵ تولے کو روغن زرد میں بھون کر علیحدہ علیحدہ پیس کر ملا دیں۔ پھر گوکھرو، قرنفل، ثعلب مصری، دارچینی، زنجبیل، دانہ الائچی خورد ہر ایک ۲ تولے، کمرکس، جوزبوا، ہر ایک ایک تولے، بسباسہ ۶ ماشے، کشتہ قلعی ۶ ماشے، کشتہ مرجان ۶ ماشے، مغز نارجیل ۲ تولے، پوست درخت ببول ۲ تولے، ثمر ببول خام ۲ تولے، زعفران ایک تولے، مصری ایک سیر۔ سب کو علیحدہ علیحدہ پیس کر ملا دیں۔ مقدار خوراک ایک تولے صبح اور ایک تولے شام کو ہمراہ دودھ یا پانی خالص (نوٹ) اگر زعفران نہ ڈالیں تو حاجت نہیں۔

فوائد۔ سیلان الرحم و عوارضات، سیلان و جریان و درد کمر وغیرہ کے لئے مفید و مجرب ہے۔

سفوف اکسیر سیلان:- گل فوفل، گل پستہ، مائیں خورد، گوند چنیاں ہر ایک ۶ ماشے، سلفیٹ آف آئرن ۱۰ تولے۔ سب کو پیس کر سفوف بنائیں۔ اور ۳ رتی صبح و شام ۱۲ یا ۲۴ یوم تک دودھ کے ساتھ دیں۔ سیلان الرحم اور سیلان منی کے لئے اکسیر ہے۔

(صفحہ ۱۰ کا بقیہ مضمون)

اور آش جو میں روغن گل ملا کر گل ارمنی کے سفوف کے ساتھ یا گل ارمنی چھڑک کر پلائیں۔ تیوری صورت میں زلق الامعاء، پیاس اور سوزش و بخار اور صداع کی شکایت لاحق ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں ربِ سیب، ربِ انناس، اور ترشی ترنج میں کافور حل کر کے مناسب مقدار میں پلائیں۔ جب التہاب کم ہو جائے تو مندرجہ بالا طریقہ پر علاج کریں۔ فقط — ضرغام علی

امراضِ معدہ

(از جناب حکیم عبد اللطیف صاحب لکچرار طبیہ کالج علیگڈھ)

بقراط :- (جوارش برائے اصلاح معدہ) +

تخم کرفس	ایک سیر
تخم گندر	ایک سیر
تخم سویا	ایک سیر
سونف	ایک سیر
خشک دھنیا	ایک سیر
اجوائن	ایک سیر
مصطگی	ساڑھے ۴ ماشے
عاقرقرحا	" ۴ "
اگر	۲ ماشے
لونگ	۲ ماشے

کوٹ چھان کر شہد اور مصری دواؤں سے ۳ گنی ملاکر حسب معمول معجون تیار کریں +

ارسطو :-

یہ سفوف سنگرہنی و فسادِ معدے کے لئے مفید ہے سکندر اعظم کے لئے ترتیب دیا گیا تھا۔

تج	۷ ماشے
تیزپات	۷ ماشے
اگر	۷ ماشے
الائچی	۷ ماشے
مصطگی	۷ ماشے
پوست ہلیلہ کابلی	۷ ماشے
فرنجشک	۷ ماشے
ناگیسر	۷ ماشے
زیرہ کرمانی	۷ ماشے
دارچینی	۷ ماشے
چھڑیلہ	۷ ماشے
پیپل	۷ ماشے
سونٹھ	۷ ماشے
لونگ	۷ ماشے
اناردانہ	۷ ماشے
جائفل	۷ ماشے
کافور	۷ ماشے
بڑی الائچی	۷ ماشے
شکر	۷ ماشے
مشک	ساڑھے ۳ ماشے
عنبر	ساڑھے ۳ ماشے
مصری	(ادویہ سے) ۲ گنی

کوٹ چھان کر سفوف بنائیں۔ بہترین دوا ہے۔
مقدار خوراک ساڑھے ۳ ماشے +

بناودق

اگر قے اور تہوع کا سبب برودت ہو تو

تخم کرفس	۲ تولے
افسنتین	ایک تولے ۴ ماشے
مصطگی رومی	ایک تولے ۴ ماشے
دارچینی	۲ تولے
یارج فیقرا	۳ تولے ۴ ماشے
مرمکی	۴ ماشے
فل فل	۴ ماشے
جندبیدستر	۴ ماشے
افتیمون	۴ ماشے

باریک کرکے سفوف بنائیں۔ چھوٹوں کے لئے مقدار ۲ ماشے ۲ رتی۔ بڑوں کے لئے مقدار خوراک ساڑھے ۴ ماشے، قابض شراب ایک تولے ۱۱ ماشے کے ہمراہ دیں۔ وجع المعدہ اور قے کی صورت میں آب سرد کے ساتھ۔ اس سفوف کے استعمال کے بعد اگر درد باقی رہے تو ایارج فیقرا استعمال کرائیں +

جالینوس :-
ایک عرصے تک کھانا ترک کرائیں، اس سے اشتہا درست ہو جاتی ہے۔

(۲) جوارش

بالچھڑ	۷ ماشے
الائچی	۷ ماشے
بچ	۷ ماشے
دارچینی	۷ ماشے
خولنجان	۷ ماشے
لونگ	۷ ماشے
ناگرموتھا	۷ ماشے
سونٹھ	۷ ماشے
مرچ سیاہ	۷ ماشے
پیپل	۷ ماشے
کوٹھ	۷ ماشے
عود بلساں	۷ ماشے
تگر	۷ ماشے
تخم مورد	۷ ماشے
چرائتہ	۷ ماشے
زعفران	۷ ماشے
مصطگی	ایک تولہ ساڑھے ۵ ماشے
قندسفید	تمام ادویہ کے برابر
شہد	ادویہ سے دوگنا

قوام بنا کر حسب معمول جوارش تیار کریں +

(۳) سوء المزاج معدہ مادی

افسنتین	ایک تولے ۸ ماشے
گل سرخ	۲ تولے ۸ ماشے
پانی	۴۲ تولے

میں پکائیں جب نصف رہ جائے۔ تو اس میں شکر ملائیں اور استعمال کریں +

(۴) بطلان شہوت

بہی بڑی جس میں کھٹاپن کم ہو کوٹ کر عرق نکالیں اور اس کے ہم وزن شہد اور نصف وزن سرکہ ملا کر نرم آگ پر پکائیں۔ پھر اس میں

(بقیہ صفحہ پر)

زلق الامعاء

(بسلسلۂ گذشتہ)

اس مرض کے علاج میں اس امر کا خیال رکھیں کہ جب تک ضعفِ جگر کی شکایت نہ لاحق ہوجائے جوارشات کے ذریعے تقویتِ ہضم کی کوشش کرتے رہیں۔ لیکن جب مرض زیادہ مزمن ہوجائے، اور ضعف ولاغری کا غلبہ ہو تو تریاقات، قرص، زرشک وطباشیر اور مرکبات انجبار کے ذریعے علاج کریں۔ سرخ چاول کا اندر کی طرف کا چھلکا ۵ تولے، گل دھاوا ۰ ماشے، تخم ریحاں ۲ ماشے، افیون خالص ۴ رتی مناسب مقدار میں ایسے پانی کے ساتھ استعمال کرایا جائے جس میں سرخ چاول بھگویا گیا ہو۔ سرہندی نے اس نسخہ کی بہت تعریف کی ہے، اور بعض اطباء نے اس کی تائید میں اپنے تجربات کا بھی ذکر کیا ہے اور یہاں تک لکھا ہے کہ مایوس مریضوں کو بھی اس کے استعمال سے فائدہ ہوجاتا ہے۔

اگر زجاجی رطوبات کا اجتماع آنتوں میں زیادہ ہو تو قولنج کا خطرہ رہتا ہے۔ اور حار مالح رطوبات سے بہت ہی شدید درد لاحق ہوتا ہے۔ لہٰذا ان رطوبات کو آنتوں میں جمع نہ ہونے دیں بلکہ تنقیہ مناسب طور پر کرتے رہیں۔ ابتدا سے قبض پیدا کرنے کی کوشش اس مرض میں مناسب نہیں ہوتی۔ ہمیشہ لطیف استفراغ سے ابتدا کی جائے مگر آنتوں میں خراش نہ پیدا ہونے پائے۔ تنقیہ کے بعد مقوی معدہ وامعا دوائیں استعمال کرائی جائیں۔ حبِ ذہب جس کا نسخہ ذیل میں درج ہے اس کے استعمال سے آنتوں کی رطوبات خارج ومفقود ہوجاتی ہیں:-

نانخواہ ۲ ماشے ۳ رتی، زیرہ کرمانی، صعتر فارسی، تخم کرفس ہر ایک ۲ ماشے ۳ رتی، ہلیلہ سیاہ ۰ ماشے مصطگی رومی ساڑھے ۱ ماشے، صبر سقوطری مساوی۔ جمیع ادویہ کی گولیاں برگ ترنج کے پانی میں تیار کی جائیں اور مناسب مقدار میں استعمال کرائی جائیں۔

زیادہ عرصے تک اس مرض کے باقی رہنے کی وجہ سے حدت، حرارت اور ہزال کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے۔ کیونکہ جسم کا تغذیہ بالکل نہیں ہوتا، اور ایسے مریض بہت کم جانبر ہوتے ہیں۔ اس صورت میں تسکین حرارت کے لئے آپ سماق استعمال کرائیں۔ رات کو سماق پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو مل کر اس کا پانی صاف کریں، اور اسی پانی میں دوسری وتیسری مرتبہ سماق بھگو کر صاف کریں، اور اس سے تسکین حرارت کے علاوہ حبس کا اثر بہت نمایاں ظاہر ہوتا ہے۔ جَو اور باجرے کو بریاں کرکے ایک رات دن بھگوئیں اور پکا کر

حریرہ تیار کریں۔ اس سے بھی قبض وتسکین حرارت کا اثر حاصل ہوتا ہے۔

دانہ انار، تخم عرفہ سیاہ بریاں، ریشہ برگد، حب الآس، بارتنگ ولایتی، بیخ انجبار کا سفوف، یا شیرہ آب انار، رُب بہی، رب سیب، آش جو، وغیرہ۔ ان حالات میں بہترین دوائیں ثابت ہوئی ہیں۔ ان کے ہمراہ اگر طباشیر، دانہ ہیل، ست گلو، کہربائے شمعی، زہر مہرہ خطائی کا سفوف یا ان چیزوں کو باریک کرکے شربت انار، شربت انجبار، شربت خشخاش، رُب انار، رب سیب، رب بہی میں سے کسی ایک کے ساتھ ملا کر بطور چٹنی کے استعمال کرانے سے تسکین حرارت وقبض کے اثرات میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ مکھن نکلا ہوا دہی یعنی چھاچھ (مٹھا) روزانہ قوت وحالات کے لحاظ سے مناسب مقدار میں پلایا جائے اور غذا میں صرف اسی چیز پر اکتفا کی جائے۔

اگر قے بھی ہوتی ہو تو نشف رطوبات کے لئے دانہ انار، طباشیر، زرشک، بہدانہ، شربت انار کے ساتھ اور سفوف مقلیاثا و قرص گلنار وغیرہ استعمال کرائیں۔ پوست بیرون پستہ، عود غرقی، پودینہ خشک، زیرہ سفید، آملہ خشک، صندل سفید، یشب سبز، طباشیر، کہربائے شمعی، دم الاخوین، مازوئے سبز بریاں، زرور بریاں، گل ارمنی، یہ سب دوائیں نشف رطوبات کا کام دیتی ہیں۔ ان میں سے مناسب دوائیں استعمال کرائی جائیں۔

اگر سوداوی مواد مرض کا باعث ہوں تو افتیمون ولایتی، بسفائج فستقی، چوب چینی، ماء الجبن وغیرہ سے تنقیہ کریں۔ حار وقابض دواؤں کا ضماد طحال پر لگائیں۔ مرطبات کے ذریعے تعدیل مزاج کی کوشش کریں۔ شکر، بادام شیریں، اور روغن زرد کا حریرہ بہترین مرطب ہے۔ مروارید محلول کا استعمال سوداوی اسہال کے لئے نافع ہے۔ مروارید کے محلول کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ سحق بلیغ کے بعد اس کو ترشیٔ ترنج کے ساتھ ایک شیشی میں رکھ کر موم سے شیشی کا منہ بند کردیں، اور سرکے میں اُس کو رکھ دیں۔ یہاں تک کہ وہ حل ہوجائے۔ ساڑھے ۳ ماشے اس محلول کو شہد کے ساتھ استعمال کرائیں۔ سوداوی اسہال اور امعاء کی متعدد بیماریوں میں یہ محلول بہت مفید ہے۔

بعض اطبّاء نے بیان کیا ہے کہ سوداوی مواد کا تنقیہ حقنہ کے ذریعے کیا جائے۔ اور اس کے بعد قابض وحابس اقراص مثلاً قرص طباشیر، قرص کہربا، اور قابض سفوف مثلاً سفوف گل ارمنی، سفوف مقلیاثا وغیرہ استعمال کرائیں۔ طحال کے مزاج کی اصلاح کریں۔ جب یہ مرض زیادہ مزمن ہوجاتا ہے تو افیون، عنبر، فادزہر وغیرہ سے بھی فائدہ نہیں ہوتا۔ اور مریض ہلاک ہوجاتا ہے۔ حمیات کے آخر میں یہ شکایت لاحق ہو تو بہت ہی خطرناک ہوتی ہے۔

عام مسہلات مثلاً سقمونیا، حب جمال گوٹہ، عصارہ ریوند، چلاپا، شحم حنظل وغیرہ کے بعد زلق الامعا کی شکایت میں چہار تخم کو بریاں کرکے روغن بادام میں چرب کریں اور ایک تولہ شربت سیب یا شربت انجبار عرق گلاب کے ساتھ استعمال کرائیں۔ جواہر مہرہ، زہر مہرہ خطائی، خمیرۂ مروارید، حزفہ بریاں، خش خاش، مغز کدو، حب الآس، حب کاکنج، بیخ انجبار وغیرہ کا شیرہ، بہدانہ، اسپغول، تخم کنوچہ، ریشہ خطمی، تخم ریحاں کا لعاب عرق گلاب کے ساتھ اسپغول چھڑک کر پلائیں۔ روغن گل میں اسپغول کو بریاں کرکے کھلانے سے اسہال کی شکایت دور ہوجاتی ہے۔ اور اجابت بستہ ہونے لگتی ہے۔ چھاچھ کو آہن تاب کرکے پلانے سے سمی وحاد مسہلات کے اثرات زائل ہوجاتے ہیں۔

ضعف امعاء کی صورت میں کبھی امعائے احساس میں نقصان لاحق ہوتا ہے جس کی وجہ سے طاقت ارادی کام نہیں کرتی۔ اگر فاسد رطوبات کا اجتماع یا سوداوی بلادت اس کا باعث ہو تو علیحدہ علیحدہ ان صورتوں میں جو علاج ذکر کیا گیا ہے اس کو اختیار کریں لیکن ضعف اعصاب کی صورت میں دیکھیں کہ مریض متحمل ہوسکتا ہے یا نہیں۔ اگر متحمل ہوسکے، بابونہ، اکلیل الملک، خارخسک خورد، برگ شبت، برگ سداب، تخم حلبہ، تخم کتاں، تخم قرطم، انجیر زرد، سبوس گندم، تخم خطمی، روغن بلساں، روغن بنفشہ، سکبینج وغیرہ کا حقنہ ہر دوسرے روز دیا جائے۔ بشرطیکہ اس ضعف کا باعث رطوبات کا اجتماع ہو۔ آٹھ روز میں ۴ مرتبہ ان حقنوں کو استعمال کیا جائے۔ اور عاقرقرحا، خولنجان، فلفل سیاہ وغیرہ کا غرغرہ مری یا آبکامہ میں تیار کرکے استعمال کرائیں۔ مگر اس میں سرکہ نہ ہو۔ ماءاللحم غذا میں دیں۔ اور آب ترب، نمک، تخم شبت میں سکنجبین عنصلی ملاکر قے کرائیں۔ اس کے بعد افسنتین رومی، نانخواہ، زیرہ سفید، پودینہ خشک، مصطگی رومی، ہلیلہ سیاہ وغیرہ کا سفوف استعمال کرائیں۔ بلادت سوداوی کی صورت میں حقنہ کے اسی نسخے میں جاؤشیر کا اضافہ کریں، اور سفوف میں افتیمون ولایتی بڑھادیں۔

ضرب وغیرہ کی وجہ سے اعصاب میں ضعف لاحق ہوا ہو تو مقام ماؤف پر قابض ومقوی اعصاب ضماد لگائیں۔ گرم ومقوی اعصاب روغنوں مثلاً روغن قسط، روغن موم، روغن بنفشہ، روغن مصطگی وغیرہ کی مالش کریں۔ چوٹ کا اثر اگر اس قدر زائد ہو کہ بغیر ارادہ بول وبراز خطا ہوجاتا ہو تو صحت کی امید کم ہوتی ہے

کبھی آنتوں کے اندر ذکاوت حس پیدا ہوجانے کی وجہ سے زلق الامعاء کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے۔ ایسی صورت میں قابضات سے علاج کرنا چاہیئے۔ حنوصاً جب کہ صفراویت کی وجہ سے یہ شکایت بلادت حس پیدا کرنے کی کوشش کرنا مناسب نہیں۔ اگر پیاس کا غلبہ ہو، قارورہ حاد اور سرخ آتا ہو تو آش جو سماق کا پانی استعمال کرایا جائے۔ قارورہ سفید، غلیظ اور خام ہو، اسہال رطوبی ہوں، اور بخار نہ ہو تو جوارش

سفوف جلی، جوارش مصطگی، جوارش جالی نوس، اور قابض و ناشف سفوف استعمال کرائے جائیں تخم خش خاش سفید وسیاہ بریاں، تخم خرفہ سیاہ بریاں، صمغ عربی، گل ارمنی، نشاستہ بریاں، افیون خالص کا سفوف، رُب بہی کے ساتھ ذکاوت حس والے اسہال کی صورت میں استعمال کیا جائے۔

اگر صفراء اور بلغم دونوں مخلوط ہوں تو قے و مسہل کے ذریعے تنقیہ کریں صفراوی اسہال کے لئے بالعموم مسہل ادویہ استعمال کریں۔ ہلیلہ زرد اسہال صفرا کے با وجود اپنی قوت قبض کی وجہ سے آنتوں کو قوت پہونچاتا ہے۔ اور اسی وجہ سے امعاء پر انصباب فضول کو منع کرتا ہے۔ تنقیہ کے بعد تقویت کے لئے قرص طباشیر شربت انار اور اسی قبیلہ کی قابض دوائیں جو حدت صفراء کو توڑنے والی ہوں دی جائیں۔ ان سے آنتوں میں قبض و برودت کے اثرات حاصل ہوتے ہیں۔ صفراوی لذع میں سفوف بنفشہ بہت مفید ہے۔ اگر زیادہ حدت و حرارت ہو تو قرص طباشیر کے ساتھ قرص کافور بھی استعمال کرائیں۔ نسخے میں مصری و مزلق حار و بارد دوائیں مساوی طور پر رکھی جائیں۔ کاسنی، کشنیز خشک، تخم ریحاں، تخم شربتی سماق، زرشک، عرق گلاب کے ساتھ اس حالت کے واسطے بہترین دوائیں ہیں۔ آش جو، عدس مسلم، سرکہ، کباب، گردے کی چربی میں بریاں کرکے چاول بطور غذا کے دیں لیکن حرارت ہو تو چربی اور گوشت سے قطعاً پرہیز کرائیں۔ تخم خرفہ سیاہ، دانہ انار، بارتنگ، زرورد اسہال اور حرارت دونوں کے واسطے مفید ہیں۔ اختلاط صفراء و بلغم کی صورت میں رطوبی و صفراوی جملہ تدابیر سوادکے لحاظ سے مرکب کر دی جائیں اور جس خلط کا غلبہ ہو، اسی کی طرف زیادہ متوجہ ہوں۔

بثورات معوی کی وجہ سے آنے والے اسہال کو اسہال قلاعی بھی کہتے ہیں۔ کیونکہ اس حالت میں منہ، مری، اور معدے وغیرہ میں بھی بثور پیدا ہو جاتے ہیں۔ اگر ابتدا ہی میں مناسب تدابیر سے کام لیا جائے تو حالت بہت جلد بہتر ہو جاتی ہے لیکن زیادہ عرصے تک چھوڑے رکھنے سے سحج اور قرحے تک نوبت پہونچ جاتی ہے۔ اس صورت میں چہار تخم کو روغن بادام میں چرب کرکے عرق گلاب کے ہمراہ کھلانا چاہئے۔ صمغ عربی، کتیرا، نشاستہ، بہدانہ، ریشہ خطمی، حب الاس، تخم کنوچہ، بارتنگ وغیرہ حبس و تغذیہ پیدا کرنے والی دوائیں استعمال کرائی جائیں۔ صفرا کے تنقیہ کے لئے سفوف ہلیلہ استعمال کرائیں۔ صفراوی حدت کو توڑنے اور قبض و برودت کو پیدا کرنے کے لئے طباشیر، کتیرا، گل ارمنی، زرورد، دانہ انار، خش خاش، کاہو، خرفہ، ریشہ برگد کا شیرہ، شربت انار یا شربت سیب کے ساتھ دیا جائے۔ صندل، کائی، آرد جو، گلنار، اقاقیا، گل سرخ، صندل سفید، پوست انار، یا تراشہ کدو، گل نیلوفر، برگ بید، برگ خرفہ، برگ بالک کا ضماد شکم پر لگائیں۔ اگر مادہ بہت ہو اور قے کی طرف رجحان ہو تو قے کرائیں۔ اور قے کے بعد گل ارمنی، گل مختوم، طباشیر

کہربائے شمعی، گل سرخ، تخم شربتی کا سفوف چھاچھ کے ساتھ استعمال کرائیں۔ چھاچھ اس مرض میں خاص طور پر مفید ہے۔ گل سرخ، طباشیر، تخم حماض کا سفوف چھاچھ کو آہن تاب کرکے اس کے ساتھ استعمال کرانے سے بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔ شیریں انار کا پانی شکر ملا کر پلایا جائے۔ جوار، باجرے کا حریرہ روغن بادام کے ساتھ کھلایا جائے۔ غذا کے سلسلہ میں اگر صرف چھاچھ پر مریض اکتفا کرے تو مرض کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔ قوت اگر اجازت دے اور حالات موافقت کریں تو چھاچھ کے ساتھ کافور بھی حدت وحرارت کو تسکین دینے کے لئے دیا جا سکتا ہے۔

طبری نے بیان کیا ہے کہ بیرونی سطح امعاء کے بثور میں اگر قارورے کے اندر حدت وحرارت کا غلبہ ہو تو ماء الشعیر کے ذریعے حرارت میں تسکین پیدا کریں۔ کاسنی، کاہو، سرکہ، آب انگور، آب سماق استعمال کرائیں۔ اسہال کی زیادہ فکر نہ کریں۔ کدو، بید، اسپغول، بارتنگ کا ضماد شکم پر لگائیں۔

لکھا ہے کہ اس مرض کے زمانہ منتہیٰ میں درد زائل ہو جاتا ہے اور پیٹ کی جلد پر خارش کی شکایت ہو جاتی ہے۔ بعض لوگ اس حالت میں موم روغن میں مُردار سنگ مغسول ملا کر پیٹ پر مالش کراتے ہیں خصوصاً جب کہ مریض کثیف الجلد ہو۔ اس سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

اندرونی سطح کی بثوری حالت میں اگر کوئی مانع نہ ہو تو فصد کریں۔ اور دوا سے استفراغ نہ کرائیں، تسکینِ حرارت کے لئے ماء الشعیر میں روغنِ گل ملا کر پلائیں۔ حابس، ترش اور خشن اور قوی چیزوں سے پرہیز رکھیں۔ سکونِ درد کے بعد سماق وانار دانے کا حریرہ روغنِ گل ملا کر پلاتے رہیں۔ جب اسہال کم ہو جائیں، اور براز میں قشور خارج ہوں تو تخم مویز بریاں باریک کرکے جَو کے ستو، گِل ارمنی، گل قبرسی، صمغ عربی، روغن گل، نشاستہ بریاں، آبِ سرو کے ساتھ استعمال کرائیں تشنگی زیادہ ہو تو آب انار دیں۔ اور کھانے میں نمک شامل نہ کیا جائے۔ اگر حرارت والتہاب بہت زیادہ ہو تو آشِ جَو میں بھی کافور دے سکتے ہیں بشرطیکہ مریض متحمل ہو سکے۔ اگر بے خوابی، درد بہت بڑھ جائے، اور ہلاکت کا خوف ہو تو آشِ جو کے ساتھ کسی قدر افیون استعمال کرائیں تاکہ تخدیر پیدا ہو جائے اور نیند آجائے۔ افاقہ مرض کے بعد افیون کے ضرر کی تلافی کے لئے انیسون وزوفا خشک کے پانی میں گلقند حل کرکے پلائیں۔ اگر صحتیاب ہونے کے بعد حاجت براز میں بطلان یا کمی نہ ہو تو سمجھیں کہ افیون سے کوئی ضرر نہیں پہونچا کہ جس کی تلافی کی ضرورت ہو۔

اگر منہ، حلق اور معدے میں بثور کے نکلنے کی وجہ سے مریض دوا کے پینے پر قادر نہ ہو تو جَو مقشر، عدس مقشر، جاورس مقشر، حب الاس، گل سرخ کے حریرے میں روغنِ گل ملا کر دو تین مرتبہ دن میں اور دو تین مرتبہ رات میں حقنہ دیں

(بقیہ مضمون صفحہ پر)

عنب الثعلب (مکوہ)

(از جناب حکیم نصیر الدین صاحب پیلی جٹ چاند پور)

عنب الثعلب ایک مشہور بوٹی ہے۔ جو ہمارے ملک میں عام طور پر پائی جاتی ہے اس کے پھل تخم پھول، برگ اور بیخ کو بطور دوا استعمال کیا جاتا ہے۔ انگریزی زبان میں اس کو نائٹ شیڈ Night Shade، اور گریٹ مارل Great moral کہتے ہیں۔ اس کا فارسی نام تاجریزی یا روباہ تربک ہے۔ اردو ہندی میں مکو، اور پنجابی میں کاچ ماچ کہتے ہیں۔ یہ نبات الفصیلۃ الباذنجانیہ میں شامل ہے۔ اس میں بیگن کی قسم کے تمام پودے آجاتے ہیں۔ انگریزی مصنفین نے ان سب پودوں کو نیچرل آرڈر سولینی (N. O. Solaneae) میں شمار کیا ہے۔ بعض محققین نے مکو، عنب الثعلب منوم و مخدر کو بیلاڈونا (Belladona) تسلیم کیا ہے۔ اس کے انگریزی ناموں ڈیڈلی نائٹ شیڈ اور گریٹ مارل سے بھی یہی ثابت ہوتا ہے۔ ڈیڈلی نائٹ شید کو عربی میں عنب الثعلب مہلک اور گریٹ مارل کو عنب الثعلب کبیر کہتے ہیں۔

سنسکرت کی کتب ویدک میں اس دوا کا ذکر نہیں کیا گیا۔ اور نہ ہندی اطبائے کبھی اس کا استعمال کیا ہے۔ البتہ ڈاکٹر رسٹوکریٹ مؤلف پنجاب پلانٹس (Punjab Plants) کا بیان ہے کہ یہ بوٹی کنا در میں خود رو ہوتی ہے۔ اس کو وہاں پرسوچی کہتے ہیں۔ اور لوگ حشرات الارض کو دور کرنے کے لئے اسے جلاتے ہیں یا اس کی دھونی دیتے ہیں۔

مکوہ کی اقسام اس بوٹی کی پانچ قسمیں ہوتی ہیں جو باغوں، جنگلوں، اور پہاڑوں میں پائی جاتی ہیں۔ اس کے بعض پودے نر اور بعض مادہ ہوتے ہیں۔ جو پودے باغوں میں پائے جاتے ہیں ان کو کاکنج کہتے ہیں۔ مادہ بوٹی کو عنب الثعلب کہتے ہیں۔ عنب الثعلب خود رو جنگلوں میں پائی جاتی ہے۔ دو قسمیں جبلی اور سہلی۔ نر جبلی کو اہل مغرب کاکنج غالب کہتے ہیں اور گھروں کے اندر لگاتے ہیں۔ اس کا درخت باغات میں دو گز سے زیادہ بلند نہیں دیکھا گیا۔ اس میں شاخیں اور پتے بہ کثرت ہوتے ہیں۔

مکوہ کے بیج عنب الثعلب کے بیج خش خاش کے برابر ہوتے ہیں، اور ان کی رنگت سفید ہوتی ہے۔ یہ آسانی اُگ جاتے ہیں۔

افعال و خواص باغوں میں جو عنب الثعلب پائی جاتی ہے ، دوسرے درجے پر ٹھنڈی اور خشک ہوتی ہے۔ شیخ کے قول کے مطابق یہ پہلے درجے میں سرد اور دوسرے درجے میں خشک ہے۔ عنب الثعلب ٹھنڈی اور قابض ہوتی ہے۔ اس کو دوسرے درجے میں تشنگی اور حرارت کے لئے مسکن کہا گیا ہے۔ یہ رادع اور محلل اورام حارہ ہے۔ اورامِ باطنی حارہ میں اس کا پانی نچوڑ کر پیا جاتا ہے۔ اورام حارہ ظاہری اور باطنی کو روکنے کے لئے اس کا ضماد مفید ہے۔ نیز عنب الثعلب جمیع امراض فسادِ بول کو نافع ہے۔ یہ ریاح کو خارج کرتی ہے اس کا پھل بلغم اور صفراء کو خارج کرتا ہے۔ اس کی بھاجی کھانے سے اشتہاء بڑھتی ہے۔ اگر مریض کو حمیٰ مزمن ہو تو اس کے سیدھے بازو پر بیخ کا کنج باندھنے سے بخار دفع ہو جاتا ہے۔

مکوہ کا استعمال عنب الثعلب کے سبز پتے اور زردی مائل سرخ تازہ پھل بطور دوا کے مستعمل ہیں پھلوں اور پتوں سے عرق مطبوخ اور عصارہ تیار کیا جاتا ہے اور پتوں کو کوٹ کر جلد پر ضماد کیا جاتا ہے۔

علاج الامراض اگر کوئی مریض آگ سے جل جائے اس کے جسم پر چھالے پڑ جائیں، اور ان کے پھوٹنے سے یا کسی دوسرے سبب سے جلد پر زخم ہو جائیں ، یا چیچک کے زخم ہوں تو عنب الثعلب کے پتوں کو کوٹ کر جَو کے آٹے میں ملا کر اس کی ٹکیہ باندھنا مفید ہے۔ بعض اوقات سرطان کی جلد پھٹنے سے زخم پیدا ہو جاتا ہے۔ اس پر بھی عنب الثعلب کا ضماد مفید ہوتا ہے۔ امراض حمرہ اور نملہ میں سفیدہ ، مردار سنگ اور روغن گل کے ہمراہ اس کا لیپ کیا جاتا ہے۔ روغن گل کے ساتھ اس کا ضماد اطفال کے ورم دماغ کے لئے مفید ہے۔ بشرطیکہ اس کو متعدد بار حل کیا جائے۔ دردِ سر میں اس کی کونپلوں کو کوٹ کر ضماد لگانے سے درد کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ اورام اغشیہ دماغ میں بھی اس کا ضماد مفید ہے۔ کان کی جڑ کے ورم کے لئے بھی کام میں آتی ہے۔ ریشہ بیخ عنب الثعلب ساڑھے ماشے شراب کے ساتھ پینا خواب آور ہوتا ہے۔ نزلے میں اس کا نطول اور بخور کیا جاتا ہے۔ غرب منفجر (ناسور گوشہ چشم) میں اس کے پتوں کا پانی مفید ہوتا ہے۔ اس سے آنکھ کو دھویا جاتا ہے۔ اسی طرح روئی کے ساتھ ملا کر ضماد بھی کیا جا سکتا ہے۔ بصارت کو قوی کرنے کے لئے اس کا سرمہ لگایا جاتا ہے۔ اوجاع چشم کے شیافات کو آبِ خالص کی بجائے اس کے پانی میں گھسنا مناسب ہے اور اس کا بدل سفیدی بیضۂ مرغ ہے۔ اس تمام بوٹی کا پانی آنکھ کے زخموں کے لئے مؤثر ہے۔ امراض گوش و بینی میں اس کے پتوں کا پانی نیم گرم چند مرتبہ ڈالنا نفع دیتا ہے۔ ورمِ زبان

میں اس کے آب طبیخ و عرق، کا غرغرہ کیا جاتا ہے۔ دانتوں کے درد، حلق کے اورام اور خناق وبائی میں بھی اس کے پانی کا غرغرہ حیار شنبر کیساتھ مفید ہے۔ احشار کے ورم میں اس کا پینا نفع دیتا ہے۔ ورم اور التہابات کے نصعدے پر اس کا ضماد مفید ہے۔ اس کا عرق پینا تشنگی کو دور کرتا ہے۔ استسقار اور ورم معدہ میں اس کا ۲ چھٹانک پانی شکر ملا کر پینا چاہئے۔ اس سے باطنی اورام اتر جاتے ہیں۔ اس سے امراض احشار کو نفع اور اخلاط صفراوی کا سہل ہو جاتا ہے بعض ہچیش، ورم مقعد اور استسقا حار کو دور کرتا ہے۔ اس کا ایک چھٹانک پانی عرق بادیان و عرق کاسنی یا کشوث کے ساتھ تمام امراض جوف کو نفع دیتا ہے۔ اور ان کے مواد کے لئے محلل ہوتا ہے۔

یہ ابتدائی مار اصفر کے لئے مفید ہے۔ یرقان، سیلان حیض و رطوبات رحم، احتلام تنقیہ امعاً میں بہت نفع دیتی ہے۔ اس سے حاملہ کا اسقاط حمل ہو جاتا ہے۔ جالی نوس نے ہیچش میں اس کو سرکہ کے ساتھ مفید لکھا ہے۔ اس سے پیشاب صاف ہو کر مثانے کے زخموں کی تکلیف دور ہو جاتی ہے۔ یہ امراض گردہ میں تریاق کا حکم رکھتی ہے جب کہ گردے کے اندر زخم اورام حار و اوساخ پیدا ہو گئے ہوں۔ اگر کوئی عورت عنب الثعلب کے ۷ دانے ہر روز کھائے اس کے حمل قرار نہیں پاتا۔ اس کو مثانے کے لئے مضر کہا جاتا ہے۔ اس کا مصلح قند اور بدل کاکنج ہے بعض صاحب الرائے اطبار کے نزدیک اس کے شربت کی مقدار خوراک ساڑھے ۴ چھٹانک، اور مطبوخ کی ساڑھے ۷ چھٹانک اور عرق کی ایک سیر تک ہو سکتی ہے۔ اس کا غیر مطبوخ (کچا) عرق بہت سخت قے پیدا کرتا ہے۔

عنب الثعلب کے نقصانات میں سے ایک سب سے بڑا نقص یہ ہے کہ اس کی قسم جس کو عنب الثعلب مجنن کہتے ہیں جنون پیدا کرتی ہے ◆

(صفحہ ۲۳ کا باقی مضمون)

(۱۲) جو حضرات اپنی صحت کی قدر و قیمت کو بوجہ احسن پہچانتے ہیں۔ ان کو چاہئے کہ وہ اس دو یا تین گھنٹے کی عارضی مسرت پر سینما گھروں میں قیمتاً دائمی خطرات کے حصول سے مجتنب رہیں۔ اور مذکورالصدر نقصانات کے پیش نظر اگر وہ بالکل ہی اس مذموم چیز کو ترک کرنے سے یک قلم قاصر ہیں، تو کم از کم ان کو تواتر سے ضرور پرہیز کرنا چاہئے ؎

گر نہ بیند بروز شپرہ چشم ٭ چشمۂ آفتاب را چہ گناہ؟

وَمَا عَلَيْنَا إِلَّا الْبَلَاغُ ◆ وَالسَّلَام! رشید احمد

موسم سرما کا نایاب تحفہ

(از عالی جناب شہنشاہِ طب لقمان الملک علامہ پروفیسر ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب مدظلہ، مٹیا برج۔ کلکتہ)

معجون عیش افزاء

عاقرقرحا ۶ ماشے
عود صلیب ۶ ماشے
وجہ ترکی ۶ ماشے
تخم سروالی ۶ ماشے
بیخ بہمن سرخ ۶ ماشے
حب القلقل ۶ ماشے
حب الخضرہ ۶ ماشے
حب الزلم ۶ ماشے
جوزبوا ۶ ماشے
بسباسہ ۶ ماشے
عود غرقی ۶ ماشے
ماہی روبیاں ۶ ماشے
مایہ شتر اعرابی ۶ ماشے
ریگ ماہی ۶ ماشے
درونج عقربی ۶ ماشے
برگ تنگ پھکنی ۶ ماشے
برگ ببول ۶ ماشے
بہمن سرخ ۶ ماشے
توودری زرد ۶ ماشے
بسفائج فستقی ۶ ماشے

زہر مہرہ خطائی ۶ ماشے
برگ زرجونتی ۱ ماشے
برگ بید سادہ ۶ ماشے
برگ قنب مدبّر ۴ تولے
صمغ آنبہ ۶ ماشے
چوب میدہ ۶ ماشے
جندبیدستر ۶ ماشے
قضیب ثور ۵ تولے
دارچینی قلمی ۶ ماشے
اسگند ناگوری ۶ ماشے
ستاور ۶ ماشے

ان تمام ادویات کو کوٹ کر کپڑے میں چھان لیں بعدہٗ

طباشیر کبود ایک تولے
جواہر مہرہ ۳ ماشے
مروارید ناسفتہ ۳ ماشے
زعفران کشمیری ۳ تولے
یاقوت سرخ ۶ ماشے
سنگ یشب انگوری ایک تولے
کہربا شمعی? ایک تولے

ان تمام ادویات کو کھرل میں ڈال کر خوب باریک کریں، اور مذکورہ بالا سفوف بھی اس میں ملا کر

سوڈیم گلی سیروفاسفیٹ	۴ ڈرام
میگنیشیم گلی سیروفاسفیٹ	۲ ڈرام
پٹاسیم " "	۲ ڈرام
سوڈیم ایمائینوسلفونیل	ایک ڈرام
ٹنکچر نکسوامیکا	ایک اونس
ٹنکچر کنیابسنڈیکا	ایک اونس

ڈال کر باہم کھرل کریں۔ اس کے بعد

شہد خالص	۱۰ ما،

کا قوام کریں اور حسب دستور معجون تیار کریں۔

ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے صبح، اور ۳ ماشے شام کو گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال فرمائیں، بس یہی موسم سرما کا بہترین عطیہ ہے۔

غذا:۔ گوشت، مچھلی، انڈے، چاول، روٹی، مکھن، دودھ، گھی، بالائی، ساگ، سبزیاں، میوے، خوب شوق سے کھائیں۔

پرہیز:۔ بینگن، لال مرچ، لال کدو، گوبھی، لیموں، آم کی کھٹائی، اور دوسری ترش چیزوں سے سخت پرہیز لازم ہے۔

نوٹ:۔ ڈاکٹری دوائیں کسی معتبر انگریزی دوافروش کے ہاں سے خریدیں۔ اور کسی ماہر دوا ساز طبیب سے یہ معجون تیار کروائیں۔

فوائد:۔ یہ معجز نما معجون، دل، دماغ، جگر، معدہ، اعصاب، اور عضلات کو طاقت بخش کر پوری حرکت دیتی ہے، اور اعصاب کے مرکز اولیٰ کو متحرک کرکے صلبی مرکز اعصاب میں طاقت پہونچا کر نئی جوانی کی لہر دوڑا دیتی ہے جس کے باعث عضو تناسل نعوظ اور ہیجان کے لئے تیار ہو جاتا ہے۔ عضوئے مخصوص میں اجزائے نعوظ، روح ریح اور خون کو دوڑا کر اسے فربہ، سخت اور قوی کرتی ہے۔ اس کے استعمال سے عضو کی سکڑی ہوئی شرائین اور عروق پھیل جاتی ہیں۔ نیز عضلات کشادہ ہو کر تخلیل پیدا کر دیتے ہیں اور عضو تناسل کے جسم اجوف و جسم اسفنجی اور اس کے لچکدار ریشے والے خانوں کی اصلاح کرکے عضوئے تناسل کو مکمل ایستادگی کے لئے تیار کر دیتی ہے اور سرعت انزال کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ عیش و نشاط کے حصول کا بہترین تحفہ ہے آج ہی کسی معتبر طبیب سے تیار کروائیں اور زندگی کا سچا لطف حاصل کریں۔

یہ معجون ہمارے مطب کا مایہ ناز تحفہ ہے جسے میں صرف جاڑوں کے موسم میں ہر سال برابر تیار کرتا ہوں اور ۳ ماہ یعنی نومبر، دسمبر، جنوری تک اہل دماغ ہستیوں، پروفیسروں، بیرسٹروں، رئیسوں، مصنفوں، اور رؤسا و زمین داروں کو استعمال کراتا ہوں جس کی تصدیق میں سینکڑوں خطوط میرے پاس موجود ہیں لیکن آج میں اپنا یہ صدری نسخہ جو سو فی صدی مجرب اور کامیاب ہے صرف ناظرین چشمۂ حیات کے لئے بلا بخل پیش کر رہا ہوں تاکہ متمول لوگ فائدہ اُٹھائیں۔

فقط۔ ایم اے شکور از کلکتہ

سینما اور صحّت

(از ابوالفکر زبدۃ الحکما جناب آغا رشید احمد خاں صاحب)

حضرات! یہ حقیقت تو محتاج تعارف نہیں کہ فی زمانہ جس قدر سینما نے عالمگیر شہرت حاصل کر کے عالم قلوب کو مسخر کیا ہے وہ اظہر من الشمس ہے۔ بدقسمتی سے ہی کوئی ایسا شہر بچا ہو گا جس میں کوئی سینما گھر نہ ہو۔ ورنہ بڑے بڑے شہروں میں ایک دو کا تو ذکر ہی کیا درجنوں سینما گھر موجود ہیں۔ جہاں سینکڑوں نہیں بلکہ ہزاروں کی تعداد میں لوگ جا کر تماشہ دیکھتے ہیں۔ اس کساد بازاری کے عالم میں جب عامۃ الناس کا یہ حال ہے تو آسودگی میں تو پھر خدا ہی جانے کیا حشر ہو۔ فی الحقیقت اس زمانے میں اگر کسی چیز نے اقتصادی، سیاسی، اخلاقی، تاریخی، علمی، ادبی حیثیت سے فروغ حاصل کیا ہے تو وہ بلا اختلاف یہ سینما ہی ہے کہ جس میں مَردوں سے زیادہ عورتیں اور عورتوں سے زیادہ بچے حصّہ لے رہے ہیں۔

طبی نقطۂ نظر سے سینما اتنی قلیل محاسن کے بالمقابل اس کے کثیر اور متوقع ذمائم کو ہم کسی صورت میں نظر انداز نہیں کر سکتے کہ جن سے ہر روز ہم لوگوں کو واسطہ رہتا ہے۔ گو سینما کے علاوہ اور دوسری قسم کی بھی متفرق تفریحات زمانے میں پائی جاتی ہیں لیکن جو شرف قبولیت سینما کو نہ صرف ہندوستان میں بلکہ تمام دنیا میں حاصل ہے وہ اس کی دن دونی اور رات چوگنی ترقی سے عیاں ہے۔

بخوفِ طوالت اس وقت میں صرف اقتصادی طور پر سینما کی چند عامۃ الوقوع برائیوں کو ذکر کر کے مضمون کو ختم کروں گا کیونکہ میں اس چیز کو اچھی طرح محسوس کرتا ہوں کہ اس سائنس کے گہوارے میں پرورش یافتہ شخصیتوں کو سینما سے باز رکھنے کی تلقین کرنا میرے لئے تہذیبِ نو کے نقارخانے میں ایک طوطی کی آواز جتنی بھی وقعت حاصل نہیں کر سکتا۔ لیکن بایں ہمہ ایک طبی مشیر ہونے کی حیثیت سے ایسی مضرِ صحت برائیوں کی تلقین سے رُک جانا میرے لئے بھی اتنا ہی ناگزیر ہے جتنا کہ میرا یہ طبّی مشورہ آپ لوگوں کے لئے بار و ناخوشگوار!

بہرکیف سینما جو انسانی طبائع کی تفریح کا ایک جزو لاینفک بنا ہوا ہے میرے نزدیک ذیل کی چند اہم قباحتوں کا اجارے دار ہے کہ جن سے ہر حافظِ صحت کو ہر حالت میں خود بچنا اور دوسروں کو بچانا ہی انسانی فرض کی ادائیگی کا موجب ہے۔

(۱) سینما میں بلا امتیاز ہر قسم کے لوگوں کا ہجوم جو اکثر متعدی امراض مثلاً نزلہ، زکام، انفلوائنزا،

سل، کنٹھ مالا، بواسیر، سوزاک، آتشک وغیرہ وغیرہ کا مرض ان الم ہوتا ہے۔ بالعموم دیکھا گیا ہے۔ جو حقیقتاً ایک صحیح الزیج انسان کو اپنی طرف منتقل کرانے کا سبب فاعلی کہلا سکتا ہے۔ چنانچہ اس قسم کے نت نئے واقعات ہم آئے دن مشاہدہ کرتے رہتے ہیں کہ ایک تندرست شخصیت جو سینما کو اس غرض سے دیکھنے کے لئے جاتی ہے کہ دُنیاوی تفکرات و تردُدات کے بارے چند لمحوں کے لئے طبیعت کو آزاد کرکے صحت کی بحالی کا سامان مہیا کرے۔ لیکن وہ بحالیٔ صحت کے اور کچھ نہیں تو نزلہ وزکام کے ہی پھل سے ثمر بدامن ہوکر گھر کو واپس لوٹتی ہے۔

اب ان حالات میں نکتہ سنج طبائع بہ طمانیتِ قلب اس حقیقت کی تہ رسائی حاصل کرنے کے بعد یہ ایک مفید نتیجہ اخذ کرسکتی ہیں کہ پہلے تو گرہ سے زر خرچ کرکے نزلہ وزکام یا ماورائے ایں کسی دوسری تکلیف کو بدستِ خود خریدا۔ اور ہر چند یوم اس زر خرید تکلیف میں چٹخارے لے لے کر دن گذارنے کے علاوہ متفرق حکماء اور ڈاکٹروں کے دروازوں کو بھی کھٹکھٹایا۔ مختلف ادویات کو اپنا غمگسار بنایا۔ اگر کوئی ملازم پیشہ ہوا تو چھٹی کی درخواست کے لئے منت کش ہونا پڑا۔ اگر کوئی کاروباری ہوا، تو اپنی منفعت کو زر خرید تکلیف کی بھینٹ چڑھانا پڑا۔ اسی پر اکتفا نہیں۔ اگر قسمت نے یاوری کی، اور زر خرید تکلیف کی دیوی نے نظرِ کرم ارزاں کردی، اور صحت ہوگئی فبہا۔ ورنہ بصورتِ دیگر اگر اس زر خرید متاع کو انسانی طبیعت سے ملاعبت کا مزہ پڑگیا تو پھر یہ پریم کا بندھن جس حالت میں بھی کسی پریمی کو جکڑ لے اُسے اختیار ہے۔ خواہ اس کو ودھن کی سینٹری دکھا دے یا تپ دق کا ڈیالاگ سُنا دے۔ آتشک و سوزاک کے ٹریجڈی مناظر سے روشناس کرادے یا سرفہ وکنٹھ مالا، ذات الریہ، ورم حلق وغیرہ کے کامیڈی سینوں سے اپنے اس واجب الاحترام مہمان کی میزبانی کرادے۔ غرضیکہ ایک ڈائرکٹر کی حیثیت سے اس زر خرید تکلیف کو اس فلم کی تیاری پر کلی اختیار ہے کہ وہ جس صورت میں بھی چاہے اس کو پایۂ تکمیل تک پہونچا سکتی ہے۔ اندریں حالات آپ یہ بخوبی جان سکتے ہیں کہ ان واقعات کے پیشِ نظر کیا سینما کی تفریح اب بھی تفریح ہی کہلا سکتی ہے؟ اگر اس بات کا جواب اثبات میں ہے تو بے محابا زبان سے یہ الفاظ نکلیں گے ——— "بریں عقل و دانش بباید گریست" ——— اگر جواب نفی میں ہے تو پھر بلا تامل سینما کے شیدائیوں کو بالخصوص، اور عام پبلک کو بالعموم ان مضرات تلخ کے مشاہدے کے بعد ہماری تلقین کو دل میں جگہ ——— کرنہ خود ہی صحت کا علمبردار ہونا چاہئے بلکہ نمونہ بن کر سامنے آنا چاہئے تاکہ دوسرے لوگ گرہ سے زر خرچ کرکے ایسی رنگین نوائیوں کے تمتع سے توبہ کر جائیں۔

(۲) سینما میں عامۃ الناس کے غیر معمولی ہجوم اور تازہ ہوا کی آمد کے کافی ذرائع اور گندی اور

خراب ہوا کے اخراج کے معقول وسائل نہ ہونے کے باعث کھانسنے، چھینکنے، تھوکنے وغیرہ سے جو تندرست جن تکالیف میں مبتلا ہوسکتے ہیں وہ محتاجِ صراحت نہیں۔ اور بالخصوص وہ اشخاص کہ جن کی قوتِ مدافعتِ مرض مفقود یا ناقص ہو چکی ہو۔ وہ کسی حالت میں بھی نظر انداز نہیں کئے جا سکتے۔

(۳) بجلی کی روشنی اور تصاویر کی عاجلانہ حرکت کے تاثرات سے اعصاب کا مفلوج ہو جانا ایک متوقع بات ہے۔ اور بینائی کا کمزور ہو جانا اور دیگر آرگنز کا اس چیز سے متاثر ہو کر باغیانہ افعال کا مرتکب ہونا بھی کوئی غیر متوقع امر نہیں۔

(۴) اکثر فلموں میں تقریباً ۹۹ فی صدی ایسے مناظر ہوتے ہیں کہ جن سے جذبات میں ہیجان اور طرفۃ العین میں حُزن وملال اور رقت انگیزی کا درس ملتا ہے جس کا لازمی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ اعصاب پر غیر معمولی اثر پڑ کر ان کو کلیۃً نہیں، تو جزوی حیثیت میں ہی ایک عرصے تک کے لئے بیکار بنا دیتا ہے۔

(۵) خوبصورت اور بعض اوقات عُریاں تصاویر سے جذباتِ شہوانی میں انگیخت ہو کر بالخصوص نوجوان لڑکوں اور لڑکیوں کے لئے جو نتائج مترتب ہوتے ہیں، اُن سے ہر خاص وعام واقف ہیں۔

(۶) بسا اوقات گانے یا مکالمے اپنے مذاق کے مطابق نہیں ہوتے جن سے طبیعت میں تکدر پیدا ہو کر کسل وماندگی کا موجب ہوتا ہے۔

(۷) سینما دیکھنے والے شائقین بالعموم انیمیا، ضعفِ ہضم، اختلاج القلب، نزلہ، نسیان وغیرہ امراض کا مستقل ڈاک بنگلہ بنے رہتے ہیں۔

(۸) سینما تفریح نہیں بلکہ تفریحِ صحت کا سببِ فاعلی ہے۔

(۹) مستورات کے لئے بالعموم اور نوجوان لڑکیوں کے لئے بالخصوص ہسٹریا اور لیکوریا وغیرہ پیدا کرنے کی علتِ مادی صرف یہ سینما ہی ہے کہ جس میں ۷۰ فی صدی ہماری بہنیں مبتلا ہیں۔

(۱۰) سینما مخرب الاخلاق اور غارت گر عادات چیز ہے اس لئے ایسی چیز سے حتی المقدور بچکر خُذْ مَا صَفَا وَدَعْ مَا کَدَرْ پر عمل کرنا چاہئے

(۱۱) ایامِ وبائی میں تو سینما ایک زہرِ ہلاہل چیز ہے۔ کیونکہ تقریباً وبائی امراض کے پیدا کرنے کا یہ مخزن اور اسی قسم کی دیگر آفات کا مورثِ حقیقی ہے۔ اس لئے ایامِ وبا میں بالخصوص اس کو ترک کرنا ہی قرینِ مصلحت ہے

(بقیہ ص۱ پر)

امرود کی کاشت کے طریقے

امرود کی فصل لگانے کے بعد بہت جلد تیار ہو جاتی ہے۔ یہ اس کمزور زمین میں بھی پیدا ہو سکتا ہے جس میں آم، پپیتہ، سنگترہ، نارنگی، یا اور قیمتی پھلوں کے درخت اچھی طرح نہیں ہو سکتے۔ اس کے لئے محض چند مربع گز زمین کی ضرورت ہوتی ہے۔ خشکی یا پانی کی زیادتی جس کی وجہ سے درخت اپنی غذا حاصل نہیں کر سکتے اس کو زیادہ نقصان نہیں پہونچا سکتے۔ آم جیسے بڑے پھل دار درختوں کے درمیان کچھ سالوں تک اچھی طرح لگایا جا سکتا ہے۔ ابھی امرود کی کاشت بڑھانے کی کافی گنجائش ہے۔ اس کی کاشت آسانی سے ہو سکتی ہے۔ اور اس کا درخت بہت جلد تیار ہو کر نخل بندی کے چوتھے سال پھل دینے لگتا ہے اور ۷ سال میں اپنے پورے قد تک پہونچ جاتا ہے ۲۰ سال تک اس کی فصل سے منافع حاصل کیا جا سکتا ہے

زمین صوبہ متحدہ میں ۳۰ فٹ تک ہر جگہ امرود کی کاشت ہو سکتی ہے۔ اگر زمین ایسی ہو کہ وہ جڑوں کو پکڑ لے، اور جذب رکھ سکے تو درخت اس میں پیدا ہو سکتا ہے۔ یہ خاصیت اور کسی پھل دار درخت میں نہیں ہوتی۔ خشک نیچے مقامات میں یہ اچھی طرح سے پیدا ہوتا ہے۔

قلم باندھنے کے اوقات چونکہ بیج سے اصل درخت نہیں لگتے لہٰذا اس کو بذریعہ قلم پیدا کیا جاتا ہے۔ جولائی اور جنوری میں چشمہ باندھ کر پودے تیار کئے جاتے ہیں۔ اسٹاک یا کٹھیا ۶۔۷ مہینے سے زیادہ کا نہ ہونا چاہئے۔ اور چشمہ اس سبز حصے سے نکالا جائے جس میں عرق شجری کی بہار تیز ہو۔ قلم باندھنے کے اوقات فروری، جولائی اور اگست ہیں۔ اسٹاک یا کٹھیا ایک سالہ ہونا چاہئے، اور ڈیڑھ سال سے زائد کا نہ ہونا چاہئے۔ جوڑ ۲ مہینے میں ٹھیک ہو جاتا ہے۔ لیکن فروری کا باندھا ہوا قلم جولائی سے پہلے جدا نہیں کرنا چاہئے۔ جولائی اور اگست میں باندھے ہوئے قلم کے کم نگرانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس وجہ سے موسم برسات میں قلم باندھنا بہتر ہوگا۔ قلم باندھنے کے لئے اسٹاک بہت ہوشیاری سے تیار کرنا چاہئے۔ دسمبر میں صرف پکے ہوئے پھل سے تخم نکال کر اسے دھو کر ۳ دن تک سایہ میں خشک کر کے جمع کر لینا چاہئے۔ اور تب اس کو دھوپ میں خشک کیا جائے۔ ایک مرتبہ کچھ تخم اسی وقت بو دینا چاہئے۔ دوسری مرتبہ جنوری میں۔ تیسری مرتبہ فروری میں۔ اور آخری مرتبہ جولائی میں بونا چاہئے۔ ایک دفعہ تمام بیجوں کو نہیں بونا چاہئے۔ وقفہ دے کر بونے سے اس بات کا کافی موقع ملتا ہے کہ قلم باندھنے کے لئے اچھے پودوں کا انتخاب کیا جا سکے۔ تخم ریزی کے وقت بیج کو گھنا نہیں بونا چاہئے

جب پودے نکل آویں تو گھنے پودوں کو نکال کر کم کر دینا چاہیئے تاکہ ایک پودے سے دوسرے پودے کا فاصلہ ۶ انچ باقی رہ جائے۔ کچھ عرصے کے بعد ان کو گملوں میں تبدیل کیا جا سکتا ہے۔

درختوں کا فاصلہ

درختوں کو گھنا نہیں لگانا چاہیئے۔ ایسا کرنے سے درختوں کو کافی روشنی نہیں ملتی۔ اور ان کی نشو و نما اچھی طرح نہیں ہو پاتی۔ امرود میں ایک سے دوسرے درخت کا فاصلہ ۱۸ فٹ مناسب ہوتا ہے۔ اگر درختوں کی کٹائی چھٹائی ٹھیک وقت پر ہوتی رہے تو ۱۵ فٹ پر بھی ان کو لگایا جا سکتا ہے۔

کٹائی چھٹائی

اس کی کوشش کرنا چاہیئے کہ جب درخت پھل دینے کے لائق ہو جائیں تو ان میں ۳ یا ۴ فٹ اونچا تنا ہو۔ کنارے کی شاخیں جو ضرورت سے زائد ہوں نکلتے ہی چاقو سے کاٹ دینا چاہیئے۔ خاص تنے سے صرف تین چار شاخیں چھوڑ دینی کافی ہیں اور یہ شاخیں بھی اس طرح کاٹی جائیں کہ ہر ایک شاخ میں ۳ یا ۴ شاخیں رہیں۔ اور درخت کو اس طرح بنایا جائے کہ وہ چھلنے کی مانند نظر آئے۔ چھوٹے درختوں کے کاٹ چھانٹ کی ضرورت تین چار سال تک رہتی ہے اس وقت کی لاپروائی کی اصلاح آئندہ نہیں ہو سکتی۔ ایک عمدگی سے کاٹ چھانٹ کئے ہوئے باغیچے کی آمدنی بہ نسبت بد شکل اور بے طریقہ شاخوں والے درختوں کے کہیں زیادہ ہوتی ہے۔ کٹائی چھٹائی کا کام ماہ اپریل اور مئی میں ہونا چاہیئے جب کہ پت جھڑ ہوتا ہے اور درخت آرام کی حالت میں ہوتا ہے اور اس میں کھاد وغیرہ دی جاتی ہے۔ کاٹ چھانٹ سے پھل بڑے آتے ہیں۔ فی ایکڑ زمین میں زیادہ درخت نصب کئے جا سکتے ہیں۔ پھل توڑنے اور زمین کی گوڑائی جوتائی کرانے میں آسانی ہو جاتی ہے اور پھل جلد آتا ہے۔ پھولنے اور پھلنے کے اوقات پھول اور پھل سال میں دو مرتبہ آتے ہیں پہلی مرتبہ پھول جنوری میں نمودار ہوتا ہے۔ جس کو انبہ بہار کہتے ہیں۔ اس کا پھل جولائی سے اکتوبر تک پکتا ہے اور دوسری مرتبہ پھول ماہ جون میں آتا ہے جس کو مرگ بہار کہتے ہیں۔ اس فصل کا پھل ماہ نومبر سے جنوری تک پکتا ہے۔ اگر کھانے کے واسطے پھل درکار ہوں تو دونوں فصلوں سے پھل لینا چاہیئے۔ اگر مربہ وغیرہ بنانا ہو تو صرف جاڑے کا پھل رکھنا چاہیئے۔ جب پھل دونوں فصلوں سے لئے جاتے ہیں تو چھوٹے ہوتے ہیں اور صرف ایک جاڑے کی پیداوار دونوں فصلوں کی پیداوار سے زیادہ ہوتی ہے۔

کھاد

اگرچہ امرود کا درخت کمزور زمین پر اچھی طرح ہو سکتا ہے۔ تاہم کھاد دینے سے اس کی پیداوار میں کافی اضافہ ہوتا ہے۔ پودے لگاتے وقت اچھی طرح کھاد دینے کی ضرورت ہوتی ہے سالانہ کھاد دینے کے لئے درختوں کے چاروں طرف ایک فٹ گہری اور ایک فٹ چوڑی نالی کھودنی چاہیئے۔

نالی شاخوں کے باہری پھیلاؤ کے نیچے ہو۔ اس نالی میں ۹ انچ کھاد اور مٹی ملا کر بھر دینی چاہیئے۔ اور ۳ انچ آب پاشی کے لئے چھوڑ دی جائے۔ کھاد پرانی اور سڑی ہونی چاہیئے۔ کھاد اور مٹی کی مقدار برابر ہو۔ نالی کا قطر سالانہ شاخوں کے بڑھنے کے مطابق بڑھتا جائے گا۔ جب درخت پورے طور پر بڑھ جائے تو اس کے چاروں طرف ۳ انچ کی گہرائی اور ۳ فٹ کی چوڑائی میں کھاد پھیلا دی جائے۔ اور ۴-۶ انچ زمین کھود کر اس کو ملا دیا جائے۔ اس دائرے کا باہری قطر شاخوں کے پھیلاؤ تک ہونا چاہیئے۔ مئی کے آخر میں درختوں کو کھاد دینا چاہیئے اور اس کے ۱۵ یوم بعد پانی دینا چاہیئے۔ اگر پانی دستیاب نہ ہو تو بارش ہونے کے ۱۰-۱۵ دن قبل کھاد دینا چاہیئے۔

آب پاشی آب پاشی کا سوال خاص اہمیت رکھتا ہے۔ یہ اس خیال سے نہیں کہ اس میں کتنے پانی کی ضرورت ہے بلکہ اس خیال سے کہ زمین کا ڈھال کس طرف ہے۔ یہ بات لگانے کے قبل ٹھیک ٹھیک معلوم کر لینا چاہیئے۔ پانی کی بڑی نالی کو اونچی سطح سے نیچی سطح کی طرف بنانا چاہیئے۔ اور بڑی نالی سے ہر دوسری اور تیسری قطاروں کے درمیان میں چھوٹی نالیاں بنائی جائیں۔ اور بعد میں ان نالیوں سے ہر ایک درخت تک علیٰحدہ علیٰحدہ دوسری نالیاں بنائی جائیں۔ نئے درختوں کے لئے جن کی عمر ایک سے ۳ سال تک ہو۔ موسم گرما میں فی مہینہ دو دفعہ اور سرما میں فی مہینہ ایک دفعہ پانی دینا چاہیئے۔ پرانے درختوں میں اس سے زیادہ وقفے کے بعد پانی دینے کی ضرورت ہوتی ہے ✦

(صفحہ ۲۹ کا باقی مضمون یہاں پڑھیئے)

(۱۳) امراض وبائی (ہیضہ وغیرہ) کے ازالے کے لئے ایک ایک ماشے قلب الحجر دو دو گھنٹے کے بعد ہمراہ عرق گلاب و الائچی کے پلانا ازبس مجرب ہے۔ جب ہیضے کی وبا زور پر ہو تو اس کو حفظ ماتقدم کے طور پر ۲ رتی سے ۳ رتی تک استعمال کریں۔ وبا کے ایام میں حجر القلب کو پانی کے برتن میں ڈالنا اور اس پانی کا پینا بھی بہت مفید ہے۔

(۱۴) جریان، رقت، و سرعت وغیرہ کے لئے حجر القلب ۲ تولے کو روح بید مشک ۵ تولے، روح کیوڑا ۵ تولے میں خوب کھرل کر کے سفوف بنا کر ایک ماشے صبح ایک ماشے شام بکری کے دودھ یا شربت بزوری کے ساتھ پلانا نہایت مفید ہے۔

(۱۵) بلڈ پریشر:- قلب الحجر زرد، طباشیر ہموزن کا سفوف بنا کر ایک ایک ماشے صبح و شام ہمراہ شربت سنگترہ کھائیں۔ جملہ امراض قلب کے ازالے و بلڈ پریشر کے لئے حکمی نسخہ ہے ✦

طبّی اِشارات!

(۱) جن لوگوں کو صحبت سے لذت زیادہ حاصل ہو، انہیں ملذذات استعمال نہیں کرائیں۔ ملذات کے استعمال کی صورت میں منی زیادہ خارج ہوتی ہے۔ اور اکثر اخراج منی سے ضعف باہ پیدا ہوجاتا ہے (بوعلی سینا)

(۲) جو لوگ کثرتِ جماع کے باعث ضعف باہ میں مبتلا ہوگئے ہوں انہیں آب سرد سے غسل کرانا، ماءاللحم، شراب ریحانی پلانا، اور بیضہ نیم برشت وکباب کھلانا مفید ثابت ہوتا ہے (ابوسہل مسیحی)

(۳) تمام اطبار کا اس پر اتفاق ہے کہ ضعف باہ کے مریض کو اس قسم کی دوائیں اور غذائیں دی جائیں جن میں یہ اوصاف ہوں ایک حرارت دوسرے رطوبت اور تیسرے نفخ ہوا۔ اطباء کہتے ہیں کہ سوائے چنے کے اور کسی مفرد چیز میں یہ تینوں اوصاف جمع نہیں ہیں۔ بعض زنجبیل اور حنا میں بھی علیٰحدہ علیٰحدہ یہ تینوں اوصاف بتاتے ہیں (حکیم داؤد انطاکی)

(۴) بعض اشخاص ضعف باہ کے باعث باکرہ کی مقاربت سے عاجز ہوتے ہیں۔ اس قسم کے لوگ چنوں کو شراب میں بھگو کر کھائیں۔ نہایت مفید ہیں (حکیم محمد بن زکریا رازی)

(۵) گاجروں کا کھانا تقویتِ باہ کے لئے بہت مفید ہے۔ گاجر کا مُربّہ بھی بہت مفید ہے خصوصاً جب کہ اس میں زنجبیل شکر اور شہد بھی ملائے گئے ہوں۔ آبِ زلال نخود بھی نفع بخش چیز ہے۔ ماہیٔ تازہ کو روغنِ زیتون میں بھون کر پیاز ملا کر کھانا بھی بہتر ہے (حکیم سعودی)

(۶) بعض نامرد قابل علاج ہوتے ہیں ان کی پہچان یہ ہے کہ حالت انتشار میں اگر ان کے عضو پر سرد پانی ڈالا جائے تو وہ منقبض نہیں ہوتا۔ ان لوگوں کا علاج نہ کریں کیونکہ خواہ مخواہ اپنے سر بدنامی آئے گی (علامہ قرشی صاحب موجز القانون)

(۷) اگر یک لخت قوت ساقط ہوگئی ہو تو ماءاللحم کو شراب میں یا زردیٔ بیضہ مرغ کو شہد میں ملا کر استعمال کرائیں۔ یہ حالت بعض اوقات بیماروں اور مسلولوں میں پیدا ہوجاتی ہے نیز ان لوگوں میں پیدا ہوجاتی ہے جو جماع سے لذت اندوز زیادہ ہوتے ہوں مثلاً عشاق۔ اور ان تیرہ بخت لوگوں میں بھی پیدا ہوجاتی ہے جو ایک زمانے تک لذت وصال سے محروم رہ چکے ہیں۔ اگر صاحب سقوط قوی، جوان و تندرست ہو اور موسم گرما ہو تو مریض کو دفعتاً آب سرد میں داخل کرکے نکال لینا سود مند ہے (حکیم جرجانی)

قلب الحجر یا پتھر کا جیو

ازجناب ابو الفقر حکیم حاجی محمد شمس الحق خان صاحب امرتسری

قلب الحجر کو جگر سنگ اور پتھر کا جیو بھی کہتے ہیں۔ مفردات کی کتابوں میں قلب الحجر کا ذکر ممکن ہو کہیں ملتا ہو لیکن کافی تلاش کے باوجود ہمیں تو کہیں نہیں ملا۔ مفردات کی جدید کتابیں اس کی تفصیل سے خالی ہیں۔ بہرحال جہاں تک اس کی افادیت کا تعلق ہے ہم اس کو نظر انداز نہیں کر سکتے۔

جیسا کہ نام سے ظاہر ہے یہ پتھر کا جیو، پتھر کا من، یا پتھر کا دل ہے جس طرح حیوانوں میں دل ایک خاص جگہ پایا جاتا ہے۔ اسی طرح پتھر کا دل بھی پایا جاتا ہے۔ اور کھدائی کے وقت جب قلب الحجر مل جاتا ہے تو اس میں جان ہوتی ہے۔ لیکن ہوا لگنے سے سخت ہو جاتا ہے مگر پھر بھی تمام پتھروں سے ملائم ہوتا ہے۔

ابھی تک اس کی پانچ قسمیں معلوم ہوئی ہیں (۱) بالکل سفید اور بھربھرے کے مانند (۲) طباشیر کی طرح ہلکا اور سفید (۳) گیرو کی طرح۔ گیرو جیسا رنگ ہونے کی وجہ سے بعض لوگ اسے گیرو سمجھ لیتے ہیں (۴) سرخی مائل کچھ سختی لئے ہوئے (۵) بھورا اور نسبتاً سخت۔

علاقہ بندیل کھنڈ، اطراف گوالیار، بھوپال اسٹیٹ، جھانسی، آگرہ، مرزاپور وغیرہ کے علاوہ آسام، شیلانگ، منصوری، برہما اور افغانستان میں بھی بکثرت ہوتا ہے۔ افغانی لوگ اس کو فروخت کرنے کے لئے ہندوستان بھی لاتے ہیں۔

علاقہ بندیل کھنڈ میں اوسط درجے کا، اور سنٹرل انڈیا کا خراب، اور ہمالیہ و ماندلے کے جنگلات کا بہترین ہوتا ہے۔ اسے بہت مشکل سے حاصل کیا جاتا ہے۔

قلب الحجر کو مفرد بھی استعمال کرتے ہیں اور مرکبات میں بھی اس کو شامل کیا جاتا ہے۔ ذیل کے امراض میں اس کے افعال و خواص بے مثیل ثابت ہوئے ہیں:-

(۱) سیلان الرحم۔ قلب الحجر ۴ رتی روزانہ پانی کے ساتھ پھانک لیں۔ دو تین ہفتے میں سیلان الرحم نیست و نابود ہو جاتا ہے۔

ایضاً۔ تخم گاؤزبان ایک تولہ، زہر مہرہ خطائی ایک تولہ، قلب الحجر ۱ تولہ، شکر سفید ہم وزن سفوف بنائیں۔ ۳ ماشے یہ سفوف روزانہ دیں۔ ایک ہفتے میں مکمل صحت ہو جاتی ہے۔

(۲) سیلان الرحم اور بے قاعدگی ایام۔ قلب الحجر ۲ رتی کو معجون سہاگ سونٹھ میں ملاکر

یا معجون سپاری پاک ایک تولے میں ملا کر کھائیں۔ خواہ کسی قسم کا سیلان ہو اس کے استعمال سے خاطر خواہ فائدہ ہوتا ہے۔ مجرب المجرب ہے۔

(۴) اسقاط حمل:۔ استقرار حمل کے بعد رحم کی کمزوری سے اسقاط حمل ہو سکتا ہے۔ اور بعض عورتوں کو اسقاط کی عادت پڑ جاتی ہے چنانچہ استقرار حمل کے پہلے ماہ سے ۹ ماہ تک قلب الحجر ۴ رتی اور طباشیر کبود ۴ رتی ملا کر کھلائیں۔ اس سے بچے کو بھی طاقت پہونچتی ہے اور اسقاط بھی نہیں ہوتا۔

(۵) امراض قلب:۔ قلب الحجر ۲ ماشے، طباشیر کبود ۲ ماشے، باریک پیس کر ایک ماشے سفوف ۷ ماشے دواء المسک سادہ میں ملا کر کھائیں۔ اوپر سے عرق بید مشک ۳ تولے عرق بید سادہ ۳ تولے اور عرق گاؤزبان ۶ تولے ملا کر پلائیں۔

(۶) ایضاً:۔ قلب الحجر ایک ماشے پیس کر کھا کر اوپر سے عرق یا پانی پی لیں۔

(۷) اختناق الرحم:۔ قلب الحجر سائیدہ ایک ماشے، عود صلیب سائیدہ ۴ سرخ جدوار سائیدہ ۴ سرخ ملا کر پھانک لیں۔ اوپر سے ۲ گھونٹ پانی پی لیں۔ اس ترکیب کے علاوہ اختلاج قلب کے دونوں نسخے اختناق الرحم میں بے حد مفید ثابت ہوتے ہیں۔

(۸) جریان:۔ قلب الحجر ایک ماشے کو حلوائے گندر میں ملا کر کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی لیں۔

(۹) ایضاً:۔ قلب الحجر ایک ماشے پھانک کر اوپر سے تخم کاہو، تخم خرفہ ۵-۵ ماشے اور مصری ۲ تولے پانی میں پیس کر چھان لیں اور پی لیں۔ یقین کے ساتھ کہا جا سکتا ہے کہ جریان ایک ہفتے کے اندر جاتا رہے گا۔

(۱۰) احتلام:۔ معجون موچرس میں ۴ رتی قلب الحجر ملا کر کھائیں۔ جلد فائدہ پہونچانے کے لئے اس سے عمدہ اور بہتر کوئی نسخہ نہیں ہے۔

(۱۱) عقم:۔ روزانہ ۴ رتی قلب الحجر کا ۳ ماہ تک استعمال کرنے سے استقرار حمل ہو جاتا ہے اس شرط پر کہ ایام ماہواری میں کوئی خرابی واقع نہ ہوئی ہو۔

اگر مرد بھی عورت کے ساتھ قلب الحجر کا استعمال کرے تو بہتر ہے

(۱۲) سل ودق:۔ یہ دونوں امراض لاعلاج بیان کئے جاتے ہیں۔ حجر القلب ۲ رتی ہمراہ شربت فریاد رس و عرق صدر کے پلانا چند دنوں میں زخم کو مندمل کر کے منہ سے خون آنے کو دور کرتا ہے، حرارت غریبہ میں کمی ہو کر بخار دقیہ کا ازالہ ہوتا ہے اگر عرق ہرا بھرا کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو ہر قسم کے بخار صفراوی عفونی وغیرہ کا ازالہ کرتا ہے

(بقیہ صفحہ ۲۶ پر)

مجرّبات

(از جناب حکیم محمد محی الرحمٰن خان صاحب مؤلف کتاب لبابِ امراض)

(۱) اکسیر شباب آور شمسی

برڑھ کا دودھ	۳ تولے
لاجونتی	ایک تولے
شقاقل مصری	ایک تولے
ثعلب مصری	ایک تولے
موصلین	ایک تولے
تودری	ایک تولے
مغز پنبہ دانہ	ایک تولے
مغز خستہ تمر ہندی	ایک تولے
حجر القلب	ایک تولے
ریگ ماہی	ایک تولے
ماہی سقنقور	ایک تولے
کشتۂ فولاد	
زردی بیضۂ مرغ	۲ تولے

تمام ادویات کو یک جان کر کے حب بلسل ملا کر بنا کر ۳ حب صبح اور ۳ شام کو گائے کے دودھ کے ہمراہ کھا دیں و فوائد:۔ رقت، سرعت، جریان، کثرتِ احتلام، ذکاوتِ حس و ضعفِ اعضائے رئیسہ کو دفع کرتی ہے۔ امساک کے لئے مفید ہے۔

(۲) تریاق مبہی و مغلظ

ضعفِ باہ کے مریضوں کے لئے لاجواب نسخہ ہے:۔

اقاقیا	ایک تولے
جوز ماثل عربی	ایک تولے
لحیۃ التیس (کائفل)	ایک تولے
زرچلہ	ایک تولے
موچرس	ایک تولے
کمرکس	ایک تولے
تخم فرنجمشک	ایک تولے
دارچینی	ایک تولے
بہمن سفید	ایک تولے
بہمن سرخ	ایک تولے
پوست بیخ ستیاناسی	ایک تولے
کشتۂ مرجان	ایک تولے
کشتۂ قلعی	ایک تولے
جند بیدستر	۶ ماشے
پنیر مایہ شتر اعرابی	۶ ماشے
کشتۂ چاندی	۶ ماشے

شہد ملا کر حبوب بنا دیں۔ ۲ حب صبح اور ۲ شام کو گائے کے دودھ کے ہمراہ کھلا دیں۔ فوائد:۔ اعلےٰ درجے کا مغلظ و مبہی ہے۔ جلق، اغلام، کثرتِ جماع وغیرہ کے جملہ عوارضات کو دور کرتا ہے۔ نئی جوانی کے ساتھ نئی آرزوئیں اور نئے جذبات کا دریا اُمڈ آتا ہے بہترین چیز ہے۔

(۳) طلائے مطول

روغن سانڈہ	ایک تولے
روغن قضیب خر	ایک تولے
بیر بہوٹی	ایک تولے
زرو خشک	ایک تولے
خراطین	ایک تولے
جند بید ستر	ایک تولے
عاقر قرحا	ایک تولے
روغن بیضۂ مرغ	ایک تولے
ریگ ماہی	ایک تولے
ماہی سقنقور	ایک تولے
عطر گلاب	۶ ماشے
عطر مشک	۶ ماشے
عطر حنا،	۶ ماشے
عطر صندل	۶ ماشے

سب کو یک جان کر کے طلاء تیار کریں۔ اور تمام آلۂ تناسل پر مل کر سو جایا کریں۔ مطول ہے۔ کجی، غیر ہمواری، لاغری، سستی، کمزوری اور رگوں کے اُلجھاؤ کو دفع کرتی ہے۔

از جناب حکیم سید حسن قادری صاحب ویدک ینڈ یونانی طبیہ کالج ممبر

(۴) اکسیر وجع الفواد

زعفران	۲ ماشے
جاوتری	۳ ماشے
جوز بوا	۳ ماشے
فل فل دراز	۳ ماشے
اسگند ناگوری	۶ ماشے
زنجبیل	۶ ماشے
آب برگ تنبول	ایک تولے
آب ادرک	ایک تولے

میں کھرل کر کے بقدر دانۂ ماش حبوب بنائیں اور ایک گولی صبح و شام کھلائیں

فوائد:۔ وجع الفواد، درد شکم، سوء الہضم، باؤ گولہ، نفخ شکم، قراقر امعاء میں مفید ہیں۔

(۵) حب ذبۂ اطفال

سہاگہ بریاں	۶ ماشے
صبر زرد	۶ ماشے
نیلا تھوتھا بریاں	۳ ماشے

سب کو کھرل کر کے بقدر جزول گولیاں بنائیں اور ایک گولی ماں کے دودھ میں گھس کر بچے کو دیں،

فوائد:۔ بچے کے نمونیا ذبۂ اطفال اور اکثر سرد امراض میں مفید ہیں۔

(۶) اکسیر سوء القنیہ و استسقاء

عصارۂ ریوند	ایک تولے
کریم آف ٹاٹار	۸ تولے

سب کو باریک پیس کر بقدر نخود گولیاں بنائیں، اور دو دو گولیاں دو تین دن کے وقفہ سے دیں، استسقاء میں سو فی صدی کامیاب نسخہ ہے۔ میں نے اکثر مریضوں پر اس کا استعمال کیا۔ مجرب پایا، اس سے بکثرت دست آکر مریض تندرست ہو جاتا ہے

(۷) مرہم بواسیر خونی

آنبہ ہلدی سائیدہ	۶ ماشے
کافور دیسی	۳ ماشے
نیلا تھوتھا بریاں	بقدر نخود
روغن زرد	۱۰ تولے

میں کھرل کرکے مرہم تیار کریں۔ اور رات کو سوتے وقت مسّوں پر مقعد کے اندر انگلی سے لگائیں۔ اس کے استعمال سے سوزش وغیرہ بالکل نہیں ہوتی، بلکہ رطوبت بکثرت خارج ہوکر مسّے پژمردہ ہوتے اور پھر زائل ہو جاتے ہیں۔ بواسیر خونی میں نہایت مجرب و آزمودہ ہے ⁂

از جناب حکیم کبیر احمد صاحب (ھنگانوی)

(۸) گھیکوار کے لڈو

گائے کا دودھ	۳ سیر
لعاب گھی کوار	۱۰ سیر
چھوارے باریک پسے ہوئے	ایک چھٹانک
زعفران عرق کیوڑہ میں پسی ہوئی	ایک تولے

سب کو

گھی	۱۰ پاؤ

میں بھون لیا جائے۔ اس کے بعد

قند	۱۰ سیر

کے قوام میں اس کو ڈال دیں۔ اوپر سے

ثعلب مصری	شقاقل مصری
موصلی سفید	موصلی سیاہ
گوند ببول	تال مکھانہ
بہمن سرخ	بہمن سفید
اسگندھ ناگوری	گوکھرو
ناریل	بادام
کشمش	سلاجیت اصلی
اور کشتہ قلعی	ہر ایک ایک تولے

ڈال دیں۔ اور ایک ایک تولے کے لڈو بنالیں۔ فوائد تقویت باہ کے لئے سردیوں میں ان کا استعمال بہت مفید ہے ⁂

از مولانا مولوی عبدالغفور صاحب صدر مدرس مراد آباد

(۹) سنون خاص

سنوہار	۱۵ تولے
سپاری سوختہ	۱۵ عدد
لونگ	۱۰ عدد
الائچی خورد	ایک عدد
مرچ سیاہ	۵ عدد
کافور	۲ ماشے
پھٹکری بریاں	۲۰ تولے

نہایت باریک پیس کر منجن بنائیں اور صبح و شام مسواک یا برش سے دانتوں اور مسوڑھوں پر لگائیں۔ فوائد:۔ اس سے ہلتے ہوئے کرم خوردہ اور مواد سے پُر دانت موتیوں کے مانند چمکدار اور پتھر کی مانند مضبوط ہو جاتے ہیں ⁂

موسم سرما کے بے نظیر تحفے

حلوائے بادام خاص الخاص

فن طب کے ماہرین کا یہ متفقہ فیصلہ ہے کہ مقویات دواؤں سے مقوی غذائیں زیادہ مفید اور مناسب ہیں چنانچہ اس سلسلہ میں ہمدرد دواخانے نے موسم سرما کے لئے بعض ایسی مقوی غذائیں تیار کی ہیں جن کے فائدے یقینی اور دیرپا ہیں اور جن کو بے خوف مبالغہ مقوی دواؤں کا سرتاج کہا جا سکتا ہے۔ حلوائے بادام کے فوائد کا اندازہ آپ اس وقت لگا سکتے ہیں جب بادام کے خواص سے آپ کو پوری واقفیت ہو۔ طبی کتابوں میں اس کے بے انتہا فوائد مذکور ہیں۔ یہ میوہ مزاجاً گرم وتر معتدل ہے۔ غذا کھوتا ہے قوت اور دماغ کے جوہر کی حفاظت کرتا ہے۔ مقوی حرارت محلی حق اور سینے کی خشونت کو مفید ہے۔ مثانے اور پیشاب کی جلن کو دور کرتا ہے جسم میں فربہی پیدا کرتا ہے۔ مقوی باہ ہے، مرض قولنج میں مفید ہے۔ اس کا روغن نیند پیدا کرتا ہے طبع کو نرم کرتا ہے۔ آواز صاف کرتا ہے۔ معدے اور اعصاب کے لئے طاقت بخش ہے۔ وید کی بعض کتابوں میں لکھا ہے کہ اگر اس کے فوائد سے انسان واقف ہو جائے تو بادام سونے میں تول کر خریدا جا سکتا ہے۔ چنانچہ اس کو ہندوؤں کے دیوتاؤں کی خوراک سمجھا جا سکتا ہے اس قسم کے فوائد کے باوجود اگر اہل ملک اس سے فائدہ حاصل نہ کریں تو یقیناً افسوس کا مقام ہے۔ ہمدرد دواخانے نے ایک ایسی غذا تیار کی ہے جس میں علاوہ بادام کے اور تمام مصلح اور مقوی اجزا شامل ہیں نہایت لطیف زود ہضم اور مقوی ہونے کے باوجود معدے میں غلاظت پیدا نہیں کرتا۔ ہر قسم کی کمزوری کو دور کرنے میں لاثانی غذا ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے معدے اور اعصاب کی خشکی ہمیشہ کے لئے چلی جاتی ہے۔ طبیعت کی پژمردگی اور سستی کو دفع کرنے میں لاثانی ہے اس سے بہتر مقوی اور بے ضرر غذا آپ کو ہندوستان میں اور کہیں نہیں مل سکتی نقالوں سے ہوشیار رہیے۔ قیمت فی سیر صرف پانچ روپے (للعہ) +

سفوف اصل السوس

جریان منی اور مذی کے لئے بے حد مفید ہے ترکیب استعمال ۶ ماشہ یہ سفوف پاؤ بھر نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱ر) +

دوائے ٹکور

یہ دوا ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے اپنے آپ تباہ ہو چکے ہیں۔ رگوں اور پٹھوں کی جملہ خرابیوں اور کجی کو دور کر کے پوری قوت پہونچاتی ہے۔ نہایت مفید ہے

ترکیب استعمال:۔ ایک تولہ یہ دوا لے کر موٹے کپڑے میں پوٹلی بنائیں اور بہیر کے دودھ یا تل کے تیل کو گرم کریں اور پوٹلی کو اس میں گرم کر کے عضو کے چاروں طرف اور کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اچھی طرح ٹکور کریں اور یہ عمل پندرہ منٹ سے کم نہ ہو۔ **قیمت**، تولے کی ڈبیہ صرف بارہ آنے (۱۲؍) + (**نوٹ**): بہتر یہ ہے کہ دوائے مالش پہلے ایک ہفتہ استعمال کی جائے اس کے بعد دوائے ٹکور ایک ہفتہ تک استعمال کی جائے اگر زیادہ ضرورت محسوس ہو تو طلائے کیمیائے تاثیر (جس کا اشتہار اسی فہرست میں درج ہے) تیسرے ہفتہ سے شروع کیا جائے اور کوئی مقوی دوا بھی ضرور کھاتے رہیں +

دوائے مالش

اس دوا کے بھی وہی فوائد ہیں جو دوائے ٹکور کے ہیں اگر دونوں یکے بعد دیگرے استعمال ہوں تو بہت جلد فائدہ ظاہر ہوتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اور عضو پر اس کے چاروں طرف ہلکے ہاتھ سے اچھی طرح نیم گرم مالش کریں۔

قیمت فی شیشی ۲ تولہ ایک روپیہ (عہ) +

جوارش زرعونی عنبری بہ نسخہ کلاں

گردے مثانے، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے پشت کو مضبوط کرتی ہے معدے کی اصلاح کرتی ہے بلغمی وسوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب اور دسر بلغمی کھانسی و نقرس وغیرہ امراض میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے ریاح کو دور کرتی۔ مادۂ تولید کی پیدائش کو بڑھاتی اور باہ کو قوت دیتی، چہرے کا رنگ نکھارتی اور بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔ **ترکیب استعمال**۔ آلات تولید و گردہ و مثانہ کو قوت دینے کے واسطے ۵ ماشے جوارش کشتہ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کریں۔ اور اگر گردے و مثانے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ ماشے کشتہ زمرد ۲ چاول اور عرق انناس ۸ تولہ شربت بزوری ۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں

(**نوٹ**) اس جوارش کو بہ کشتہ فولاد یا صرف کشتۂ زمرد کے ساتھ اور تنہا بھی کھا سکتے ہیں۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶؍) +

معجون جالی نوس لولوی

جالی نوس نے اس معجون کے سات فائدے لکھے ہیں (۱) قوت مردمی کو قائم رکھتی ہے اور خواہش کو مفید ہے (۲) گردے اور دیگر اعضائے تناسل سے درمیانی عروق نیز مثانہ وانثیین کے حمل واعیین کو جو غلط کاری اور کثرت جماع سے پڑجاتے ہیں اور دوران خون میں مزاحم ہوتے ہیں انہیں استعمال کے ساتھ کشادہ کرتی ہے اور اپنے ذاتی فعل نعوظ کو پیدا کرتی اور حالت جس تک پہونچاتی ہے (۳) پٹھوں میں قوت اور سختی پیدا کرتی ہے اور جوش قوت کو برقرار رکھتی ہے (۴) مردکی عظمت کو قائم رکھتی ہے (۵) چہرے کا رنگ نکھارتی ہے (۶) اچھی مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے (۷) اس کی زائل شدہ قوت کا رفتہ رفتہ بدل پیدا کرتی ہے۔ نیز ہر عضو کی کمزوری کے لئے نافع ہے۔

ترکیب استعمال:- ۵ ماشے سے ۱۰ ماشے تک یہ معجون استعمال کی جائے۔ عمدہ بدرقہ یہ ہے کہ کشتۂ طلا ۲ چاول یا ماءاللحم خاص دوآتشہ کے ساتھ بشرطیکہ موسم سرما ہو اگر گرمی یا برسات کا موسم ہو تو عرق بیدمشک ۵ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸) ◆

معجون ثعلب

باہ کو قوت دیتی۔ اعصاب میں صلابت پیدا کرتی اور خشکی کو زائل کرتی ہے۔ جریان اور رقت کو کھودیتی ہے۔ عمدہ چیز ہے۔ کارخانے میں یہ معجون خاص اہتمام کے ساتھ تیار کی جاتی ہے بڑی تعداد میں تیار ہوتی ہے اور ہاتھوں ہاتھ ختم ہوجاتی ہے۔ ایک مرتبہ ضرور آزمائیے۔

ترکیب استعمال:- ۱۰ ماشے یہ معجون تنہا یا عرق ماءاللحم عنبری نسخہ کلاں ۵ تولہ یا عرق گذر ۵ تولہ ، شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش وبادی اشیا سے پرہیز۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶) ◆

معجون طلا

خفقان اور امراض سوداوی کو زائل کرتی ہے دل اور دماغ کو بے حد طاقت بخشتی ہے۔ تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اور حرارتِ عزیزی کو بڑھاتی اور تمام قوتوں کو قائم رکھتی ہے۔ خون بکثرت پیدا کرتی ہے۔ غذا ہضم کرتی ہے۔ ہمدم دواخانہ کی ایسی کامیاب ایجاد ہے کہ جس پر طب یونانی سالہا سال فخر کرے گی۔

ترکیب استعمال:- ۳-۱ ماشے یہ معجون عرق بیدمشک ۵ تولے، یا عرق برگ تنبول ۵ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔

قیمت فی تولہ دو روپے (عار) ◆

معمر اور سن رسیدہ لوگوں کے لئے

معجون اعجاز خاص

ادویات کا صحیح استعمال ہی ایک ایسی چیز ہے جس پر ان کے فوائد کا دارومدار ہے غالبًا اس حقیقت سے کوئی عقلمند انکار نہیں کر سکتا کہ ایک ہی دوا ہر عمر اور ہر حالت فائدہ مند نہیں ہوتی۔ ادویات کے اثرات میں مزاج انسانی کو بہت بڑا دخل ہے۔ اکثر غلط استعمال سے بجائے فائدے کے نقصان پہونچنے کا احتمال ہوتا ہے۔ ظاہر ہے کہ انسانی مزاج جوانی اور بڑھاپے میں بالکل مختلف ہو جاتا ہے پھر یہ کس طرح ممکن ہو سکتا ہے کہ ایک ہی دوا مخالف حالتوں میں کارگر ثابت ہو۔ بڑھاپے میں رطوبات فاضلہ اور برودت اعصاب میں زیادہ ہو جاتی ہے جس میں گرم اور تیز دواؤں کے استعمال سے غیر معمولی فائدہ پہونچتا ہے۔ اس کے برخلاف اگر یہی دوائیں جوانوں کو استعمال کرائی جائیں تو احتراق خون کا اندیشہ ہوتا ہے اس خیال کو ملحوظ رکھتے ہوئے ہمارے طبی بورڈ نے ایسی دوائیں تیار کی ہیں جن میں عمر کا لحاظ رکھا گیا ہے اس بنا پر ہم دعوے سے کہہ سکتے ہیں کہ ہماری دوائیں کسی حالت میں بھی بے اثر ثابت نہیں ہو سکتیں۔ معجون اعجاز سن رسیدہ لوگوں کے لئے جوانی کا پیغام ہے۔ اعصاب میں بجلی کی لہریں دوڑا دیتی ہے۔ برودت اور بلغم کو فنا کر دیتی ہے۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتی ہے۔ مادۂ تولید کبے انتہا پیدا کرتی ہے۔ سستی، کمزوری، پژمردگی اور افسردہ دلی کو دور کرنے میں کیمیا اثر دوا ہے۔ مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ غذا کو جزو بدن بناتی ہے۔ خون کے سرخ اجزا بکثرت جسم میں پیدا کرتی ہے۔ اعضا شکنی، سرگرانی کو دور کر کے جسم میں چستی اور چالاکی پیدا کرتی ہے جسم کو کندن بنا دیتی ہے مقوی باہ اس قدر ہے کہ خواہشات پر اختیار نہیں رہتا غرض کہ عمر رسیدہ لوگوں کے لئے اس سے بہتر مقوی اور مبہی دوا دنیا بھر میں آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ ہمدرد دواخانہ یونانی اس دوا کی تیاری پر ہزارہا روپیہ خرچ کرتا ہے۔ اس میں تمام اجزا صحیح اور تازہ شامل کرائے جاتے ہیں۔ معالجین کی یہ خاص الخاص مجرب اور آزمودہ چیز ہے جو کسی حالت میں بھی بے کار ثابت نہیں ہو سکتی۔ **ترکیب استعمال**:۔ ایک تولہ یہ معجون صبح یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔

قیمت فی ڈبیہ ایک روپیہ چار آنے (عہ/)

حلوائے بیضۂ مرغ

اس قیمتی، لذیذ اور با وجود حلوے کے مسیحائی اثرات کا اندازہ اس وقت صحیح طور سے لگایا جا سکتا ہے جب بیضۂ مرغ کے طبی فوائد کا آپ کو پورا علم ہو۔ طب یونانی میں غالباً مرغی کے انڈے سے زیادہ اور کوئی غذا مقوی باہ نہیں۔ حکیم شریف خان صاحب مرحوم کا مقولہ ہے کہ تقویت باہ کے لئے بیضۂ مرغ بے نظیر چیز ہے۔ عرب کے حکماء نے بھی انڈے کے بے انتہا فوائد اپنی کتابوں میں لکھے ہیں۔ ڈاکٹری نقطۂ خیال سے بھی انڈے میں تمام قسم کی غذائیت موجود ہے یعنی اعصابی نشو و نما کے لئے بہترین غذا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد کا سلسلۂ بیان بہت زیادہ ہے مختصراً یہ کہ صالح الکیموس ہے، ہضم ہونے کے بعد خون بکثرت پیدا کرتا ہے۔ کثیر الغذا، قلیل الفضول، دل دماغ اور بدن کو بے انتہا تقویت پہونچاتا ہے۔ مقوی باہ ہے۔ گرم نزلے کو سینے پر گرنے سے روکتا ہے۔ چھاتی کی خشونت، معدے کی سختی اور خون تھوکنے کو نیم برشت انڈا نہایت مفید ہے۔ ریاح غلیظ کو تحلیل کرتا ہے۔ اس مختصر تحریر سے آپ نے انڈے کے غیر معمولی فوائد کا اندازہ لگا لیا ہوگا مگر اس کے فوائد پورے طور پر اسی وقت حاصل کئے جا سکتے ہیں جب طبی طور پر اس کو استعمال کیا جائے۔ اعضائے رئیسہ کی کمزوری کے لئے بہترین دوا ہے۔ طبیعت کی سستی، جسم کی تکان دور کرنے میں بے نظیر چیز ہے اور قوت مردانہ کے لئے اس سے بہتر غذا دنیائے طب میں دستیاب نہیں ہو سکتی۔ ہمدرد دواخانہ دہلی خاص اہتمام سے اس حلوے کو تیار کرتا ہے۔ موسم سرما کا خاص تحفہ ہے۔ ایک مرتبہ استعمال کر کے ہمدرد کی محنت کی داد دیجئے۔ قیمت فی سیر پانچ روپے۔ فی تولہ صرف ایک آنہ +

شربت فولاد

معدے کو فولاد بنا دیتا ہے اور ثقیل و دیر ہضم غذاؤں کو ہضم کر کے جزو بدن بناتا اور جسم میں بیش بہا مقدار خون صالح پیدا کرتا ہے۔ بھوک لگاتا اور ثقیل سے ثقیل غذا کو بہت ہی جلد ہضم کر دیتا ہے۔ قوت جسمانی کو ترقی دیتا اور چہرے کو خوشرنگ و پُر رونق بناتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ حیرت انگیز اثر دکھاتا ہے۔ ضعف معدہ کی وجہ سے جو دست آتے ہوں اُن کے لئے تریاق سے بڑھکر ہے۔ تلی یا جگر بڑھ گیا ہو تو اس کے استعمال سے اپنی اصلی حالت پر آجاتا ہے۔ غرضیکہ عجیب و غریب چیز ہے۔ اس کے فوائد استعمال سے ہی معلوم ہو سکتے ہیں۔ قیمت فی شیشی ۲۰ تولے والی ایک روپیہ آٹھ آنے (۱ لعہ)

ماءالذہب

آج تک سونا جن جن صورتوں میں استعمال کیا جاتا رہا ہے ان سب میں اس کی یہ صورت زیادہ سریع التاثیر اور مفید ثابت ہوئی ہے۔ سونے کے فوائد عرصہ دراز سے مسلم ہیں درحقیقت جسم کی ہر قسم کی کمزوری کے لئے سونا ایک خاص چیز ہے۔ اس دوا کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ یہ فوراً خون میں جذب ہو کر اپنا اثر شروع کر دیتی ہے اعضائے رئیسہ پر اس کا اثر بہت جلد محسوس ہوتا ہے اور جسم میں ایک نئی قسم کی قوت پیدا ہو جاتی ہے۔ معدے پر اس کا اثر غذا کی خواہش زیادہ ہونے کی صورت میں محسوس ہوتا ہے۔ سل اور دق کے مریضوں کو خاص بدرقہ کے ساتھ استعمال کرانے سے ان میں مرض کے خلاف توانائی پیدا ہو جاتی ہے۔ ضعف باہ وغیرہ کے مریض اس سے خاص فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔ **ترکیب استعمال:** ضعف عامہ کے لئے اس دوا کے ۲ یا ۳ قطرے عرق ماءاللحم عنبری ۵ تولہ کے ساتھ یا عرق گاؤزبان ۱۰ تولہ کے ساتھ یا صرف پانی میں ڈال کر استعمال کرنا چاہیئے۔ دق وغیرہ کے مریضوں کو عرق ہرا بھرا یا عرق گندر عنبری کے ساتھ، اور ضعف باہ کے مریض اس کو عرق ماءاللحم بہ نسخہ خاص وہ آتشہ میں ڈال کر استعمال کریں۔ اس کے دوران استعمال میں دودھ، مکھن وغیرہ حسب برداشت استعمال کر سکتے ہیں۔ قیمت فی ماشہ (تقریباً ۲۰ قطرے) صرف دو روپے (عہ) ۰

جوہرے

امراض سوداوی مثلاً آتشک وگنٹھیا وغیرہ کے لئے ایک کامیاب اور نفیس دوا ہے۔ آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا دونوں کے لئے نہایت مفید ہے۔ رعشہ و فالج وغیرہ آتشک کے نتائج سے مریض کو محفوظ رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال: یہ دوا کیپسول میں محفوظ ہے اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہو سکے غذا میں مکھن دودھ وغیرہ حسب برداشت استعمال کرنا چاہیئے۔ قیمت فی خوراک صرف دو آنے (۲؍) ۰

روغن لبوب سبعہ

دماغ کی خشکی دور کرتا ہے اور میٹھی نیند لاتا ہے۔ امراض سہر میں جس میں کسی وقت نیند نہیں آتا۔ بہت نافع ہے ناک کے زخم کو بھرتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو آنے (۲؍) ۰

حب نشاط

یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مقوی و ممسک ہیں سرعت کو دور کرتی ہیں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویات کرتی ہیں کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں اپنے مطلب کی اعلیٰ درجے کی ہے سرعت کی شکایت کو دور کرتی ہیں لذت اور تفریح کا سامان بھی ہے جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں ایک تجربہ اس کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا۔ بازاری ممسک ادویات میں نشہ آور ادویات شامل ہوتی ہیں اور نشے کی چیزیں ہر حالت میں خراب اور آخر میں برا اثر دکھاتی ہیں۔ حب نشاط اس سقم سے بری ہے اور اسی غرض سے ہم نے اس کو حاصل کیا کہ ممسک دوا کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں ان کو بے ضرر اور مفید دوا دی جا سکے۔ **ترکیب استعمال**:۔ وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر حب نشاط کی ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ آٹھ آنے (۱۸) +

لبوب کبیر

قوت باہ کو ترقی دینے میں عجیب الاثر چیز ہے اعصاب کو مضبوط کرتا ہے دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتا ہے، مادۂ تولید کو بکثرت پیدا کرتا ہے، رنگ نکھارتا ہے، کمزوری کو زائل کرتا ہے قوت کو بڑھانے میں عجیب الفعل ہے۔ ایسی چیز ہے کہ لوگ بار بار منگاتے ہیں۔ قوت باہ کے لئے عمدہ چیز ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۱۰ ماشے تک یہ دوا کشتہ قلعی ۴ چاول یا کشتہ طلاء ۲ چاول کے ساتھ استعمال کیا جائے بہتر ہوگا۔ ماء اللحم بہ نسخۂ خاص ۵ تولہ اوپر سے پی لیا جائے

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴) +

معجون چوبچینی بہ نسخۂ خاص

حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتی ہے اعضائے کے درد کو زائل کرتی باہ کو قوت دیتی اور معدے کے ضعف کو دور کرتی ہے صفیٰ خون ہے چہرے کا رنگ نکھارتی ہے، جو لوگ محرور المزاج ہوں ان کو بہت قوت اور فائدہ دیتی ہے۔ **ترکیب استعمال**:۔ وہ لوگ جو کمزور ہیں ساڑھے چار ماشے اوسط درجے کی قوت رکھنے والے ۹ ماشے اور قوی اشخاص ایک تولہ یہ معجون تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اس معجون کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ اس میں زیادہ پرہیز کی ضرورت نہیں

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴) +

شفائے نسواں

ہندوستانی مرد جس قدر اپنی عورتوں کو خوش و خرم رکھتے ہیں اُسی قدر اُن کی صحت سے لاپرواہ ہیں! ــــ ہندوستان کی بے زبان عورت کی برداشت اور جفاکشی کا دنیا کی اور کوئی بھی عورت مقابلہ نہیں کر سکتی! ــــ ہمارے بود و باش کے طریقوں نے صنفِ لطیف کو ہزارہا امراض کا شکار بنا دیا ہے۔ ورزش، تازہ آب و ہوا کے نہ ہونے اور گھر کی گندی فضا کے اثرات سے ویسے ہی اس کی صحت خراب رہتی ہے جس کا انجام یہ ہوتا ہے کہ عام جسمانی کمزوری کے بعد ہر قسم کی جنسی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ مثلاً حیض کی کمی، و بیشی، تکلیف سے آنا، سیلان الرحم، اعضائے جسم میں درد، سرگرانی، بھوک نہ لگنا، سستی، افسردگی، خرابی خون، اورام، بے ہوشی کے دورے، خفقان، اختلاج، بدہضمی جیسے بے شمار مہلک امراض کا ان کو شکار ہونا ہوتا ہے۔ لیکن اگر ایک طبیب کے نقطۂ خیال سے دیکھا جائے تو ان تمام امراض کا سبب ایام کی خرابی ہے۔ اس زہریلے خون کے باقاعدہ خارج نہ ہونے سے ہزارہا خطرناک امراض کا احتمال پیدا ہو جاتا ہے۔ اگرچہ اس قسم کی بہت سی دوائیں بازار میں دستیاب ہوتی ہیں مگر فائدے کے لحاظ سے ان کا ہونا نہ ہونا برابر ہے۔ ملک کی اس ضرورت کو پیشِ نظر رکھتے ہوئے ہم نے ایک ایسا مرکب ایجاد کیا ہے جس کے استعمال سے اس قسم کے تمام امراض کا خطمی قلع قمع ہو جاتا ہے اور عورت کی صحت اور جوانی برقرار رہنے کے علاوہ رنگ میں صفائی اور چہرے پر چمک پیدا ہو جاتی ہے۔ حاملے کے لئے بھی یہ دوا نہایت مفید ہے۔ دائمی قبض جو اس مرض میں رہتا ہے اس کے لئے اس سے زیادہ زود اثر دوا کا ملنا مشکل ہے۔ "شفائے نسواں" کی صرف ایک شیشی سے اس گلزار کیفیت و انبساط میں بہار پیدا ہو جاتی ہے جس کے تماشے کے لئے اہلِ نظر بے چین نظر آتے ہیں۔

قیمت فی شیشی صرف بارہ آنے (۱۲؍)

اکسیر احتلام

مادۂ تولید کی اصلاح کرتا ہے، رقت و کثرت احتلام کو نافع ہے۔ ترکیب استعمال ۲ ماشے یہ دوا پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ کھائیں۔ ترش اور بادی چیزوں سے حتی الامکان پرہیز کریں۔
قیمت فی شیشی ۱۲ خوراک صرف ایک روپیہ

عرق روح افزا

دل، دماغ اور جگر کو نہایت قوت بخشتا ہے۔ معدے کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کر کے ہضم میں قوت پہونچاتا ہے اعلیٰ درجہ کا مشتہی ہے۔ غذا کو جزو بدن بنا کر خون صالح کثرت سے پیدا کر کے چہرے کو خوش رنگ کرتا ہے سستی اور کاہلی کو دور کر کے طبیعت میں بشاشت اور شگفتگی اور جسم میں چستی و تازگی پیدا کرنا اس کا خاص فعل ہے۔ ہر قسم کے ضعف کو خواہ کسی وجہ سے ہو دفع کرنے میں مفید ثابت ہوا ہے گئی ہوئی طاقت کو واپس لاتا ہے مایوسین باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے سالہا سال کے تجربے میں ہمیشہ تیر بہدف ثابت ہوتا رہا ہے۔ قریب قریب ہر مزاج پر یکساں مفید ہے۔ بلا قید عمر و موسم استعمال کیا جاتا ہے۔ نہایت ہی جانفشانی اور خاص اہتمام سے تیار کیا گیا ہے۔ قابل استعمال اور عدیم المثال چیز ہے۔ **ترکیب استعمال** ۲ تولہ عرق روح افزا میں ۹ ماشے مصری ملا کر صبح یا سہ پہر کے وقت استعمال کریں۔ ترشی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی بوتل دو روپے آٹھ آنے (عہ) ◆

شربت صدر

آج کل نزلہ و زکام ایک عالمگیر مرض ہے ایسے نزلہ و زکام کے لئے جس میں یہ موذی مرض رونما ہوتے ہیں مثلاً نمونیہ، کھانسی، دمہ، نفث الدم، سل اور دق جیسے خطرناک مرضوں کے واسطے بے حد مفید و لاجواب دوا ہے بگڑے ہوئے نزلہ و زکام کو درست کرتا ہے۔ بلغم کو خارج کرتا ہے اور دمہ کشی وغیرہ کو مفید ہے۔ **ترکیب استعمال** ایک ایک تولہ صبح و شام ۱۰ تولہ گائے کے دودھ میں ملا کر استعمال کریں۔ اس کے استعمال کے ایک ہفتے کے بعد کسٹر آئل ۲ تولہ پاؤ سیر دودھ میں ملا کر ضرور پئیں تاکہ جو مادہ اس کے استعمال سے پختہ ہو گیا ہو وہ خارج ہو جائے۔ گرم، بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی آٹھ خوراک صرف آٹھ آنے (۸/) ◆

لعوق صدر

یہ لعوق پھیپھڑوں کی ہر ایک بیماری میں مفید ہے نزلہ و زکام کے لئے اکسیر ہے ہر مزاج والے کو موافق آجاتا ہے بلغم کو سینے سے خارج کرتا ہے اگر اس کو زیادہ دن استعمال کیا جائے تو دائمی نزلے کو دور کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال** ۶ ماشہ صبح و شام دونوں وقت استعمال کریں۔ تیل اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱/) ◆

حلوائے مغز سر کنجشک والا خاص نمبر ۱

مغز سر کنجشک کے حیرت انگیز فوائد کا اندازہ صرف وہی لوگ لگا سکتے ہیں جنہوں نے کبھی استعمال کیا ہے۔ اطبائے یونان تقویت باہ کے سلسلہ میں اس کے فوائد کو ناقابل بیان بتلاتے ہیں۔ ایام قدیم میں یہ حلوا بادشاہ اور امراء کے لئے تیار کیا جاتا تھا جسم کی فربہی اور تحریک باہ کے لئے لاثانی غذا ہے۔ مصلح اعضاء مقوی معدہ ضعف جگر اور استسقاء کو مفید ہے۔ مادہ تولید کو غلیظ کر دیتا ہے سرعت جیسے مہلک مرض کو جڑ سے کھو دیتا ہے۔ مثانہ اور گردے کے ضعف درد کمر کے لئے بے حد مفید ہے

وہ جا رہے ہیں دن زندگانی کے دن ہیں + مسرت کی راتیں ہیں جا رہی ہیں
نہیں ہیں یہ ایام افسردگی کے + جوانی ہے سمجھے جوانی کی باتیں

ہمدرد دواخانے نے خصوصیت کے ساتھ اس کو تیار کیا ہے۔ موسم سرما میں صبح کے ناشتے کے لئے اس سے بہتر غذا آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ بالکل کیمیاوی طریقہ سے تیار کی جاتی ہے اس سبب سے اس کے اثرات بالکل یقینی ہیں۔ قوت باہ کے متلاشیوں کو اس سے بہتر غذا ہزار ہا روپیہ صرف کرنے پر بھی دستیاب نہیں ہو سکتی۔ نقالوں سے ہوشیار رہئے۔ قیمت فی سیر صرف پانچ روپیہ۔

حلوائے پستہ خاص الخاص

طبی کتابوں کی ورق گردانی سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ پستہ حافظہ، دماغ، ذہن، دل اور معدے کی تقویت کے لئے بے انتہا مفید پھل ہے، قے متلی اور خفقان کو دور کرتا ہے۔ جگر کا سدہ کھولتا ہے جگر کی سردی اور گردے کی لاغری کو دور کر دیتا ہے۔ خون صالح پیدا کر دیتا ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں اس کے مصفیات اور مقوی اجزاء شامل کئے گئے ہیں۔ اس کے استعمال سے جسم کی نشو و نما بہتر ہوتی ہے۔ چہرے پر بشاشت اور دل میں مسرت پیدا ہوتی ہے۔ صبح کے وقت ناشتے کے طور پر کھا کر دیکھئے زندگی کا لطف آ جائے گا۔ نہایت زود ہضم اور جزو بدن بننے والی غذا ہے۔ چہرے کو سرخ بناتا ہے مقوی باہ ہے علاوہ لذیذ ہونے کے نہایت سریع التاثیر ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں کارخانے کے تجربہ کار دوا سازوں نے جس قدر محنت اور جاں فشانی سے کام لے کر اس کو فائدہ مند بنانے کی کوشش کی ہے اس کا اندازہ آپ استعمال کے بعد ہی لگا سکتے ہیں۔

قیمت فی سیر پانچ روپے (عہ) فی تولہ ایک آنہ (۱ر)

شربت مصفیٰ اعظم

یہ اعلیٰ درجے کی مصفیٰ خون دوا ہے۔ فساد خون کے سینکڑوں مریضوں پر اس کا تجربہ کیا گیا ہے نہایت کامیاب تجربے ہوئے۔ آتشک ہو یا جذام، تمام جسم پر پھوڑے پھنسیاں لگی ہوئی ہوں۔ بدن پر جا بجا زخم موجود ہوں اور اس میں پیپ پڑی ہوئی ہو، اور زرد پانی بہتا ہو، خارش خشک ہو یا تر کھجاتے کھجاتے بے چین ہو جاتے ہوں اور کسی طرح آرام نہ ہوتا ہو، سر گنج ہو اور اس سے زرد آب بہتا ہو، داد موجود ہوں اور بہتیری دواؤں کے استعمال کے باوجود رفع نہ ہوتے ہوں۔ پرانا سوزاک ہو اور اس کی وجہ سے خون میں بھی حدت اور فساد پیدا ہو گیا ہو تو ان سب مریضوں کے لئے شربت مصفیٰ اعظم۔ استعمال کر کے خدا کی قدرت کا مشاہدہ کیجئے۔ اس کے تین ہفتے کے استعمال سے جسم کے تمام پھوڑے اور پھنسی اور زخم وغیرہ خشک ہو جائیں گے اور ان پر کھرنڈ آ کر جھڑ جائیں گے اور آہستہ آہستہ جسم کا پرانا شو بھی دور ہو جائے گا جسم کندن کی مانند چمک آئے گا اور تر و تازہ اور شاداب نظر آنے لگے گا۔ جو مریض اس دوا سے شفا پا چکے ہیں ان کا متفقہ فیصلہ ہے کہ شربت مصفیٰ اعظم دوا نہیں کایا پلٹ دوا ہے۔ ترکیب استعمال۔ ایک ایک تولہ صبح و شام پی لیا کریں۔ شیرینی، ترشی، گرم مسالہ، مرچ، اور بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی شیشی ۲۰ تولہ ایک روپیہ

حلوائے ثعلب

غالباً ہر ایک ہندوستانی کو اس کا ضرور علم ہوگا کہ ثعلب مصری تقویت باہ اور پیدائش منی کے لئے قابل اعتماد دوا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد بہت کچھ لکھے ہوئے ہیں علاوہ یہ کہ تقویت باہ اعصاب اور اعضاء کی کمزوری کو مفید ہے۔ نقوہ، فالج، کزاز اور امراض دماغی میں بے انتہا فائدہ مند ہے۔ سطح جسم میں خوب صورتی پیدا کرتی اور بال پیدا کرتی ہے۔

ہم یونانی دواخانے نے اس بے نظیر چیز کا سفوف اور مقوی اور قیمتی اجزاء سے ترتیب دے کر حلوا تیار کیا ہے جو نہایت لطیف، خوش ذائقہ، بے نظیر اور مقوی ہے۔ درد کمر اور جسم کی تھکان میں مفید ہے۔ سستی اور سیلان منی کے لئے لاجواب غذا ہے۔ بدن میں فربہی اور قوت پیدا کرنے کے علاوہ رنگ نکھارتا ہے اور جسم میں خون کے سرخ ذرات بکثرت پیدا کرتا ہے۔ موسم سرما کی خاص چیز ہے۔

قیمت فی سیر صرف پانچ روپے (عہ) •

خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا

دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے مفید ہے۔ دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے، زیادہ محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا۔ بینائی اور حافظہ کو ترقی دیتا ہے۔ خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے۔ تفریح پیدا کرتا ہے اور دماغ کی خشکی کو دفع کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال:۔** ۳ ماشے سے ۷ ماشے تک۔ یہ خمیرہ عرق گاؤزباں ۱۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں یا دیگر مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے + قسم دوم فی تولہ چار آنے (۴) +

معجون فولاد

یہ معجون ایک بہا سرار چیز ہے۔ نہایت قیمتی اجزا سے مرکب ہے۔ حرارت غریزی کو قوت دیتی ہے۔ اعضائے رئیسہ کی طاقت بڑھاتی ہے جسم کو فربہ اور قوی کرتی ہے عقل و حافظہ کو بڑھاتی ہے۔ لقوہ، رعشہ، عرق النساء، صرع (مرگی) میں نہایت مفید ہے۔ سرعت انزال کو نفع بخشتی ہے اور تمام اعصابی امراض کے لئے نہایت مجرب ہے۔ وہ لوگ جو عہد شباب کی نادانیوں کی وجہ سے باہ کی کمزوری میں مبتلا ہوں، ان کے واسطے اکسیر ہے ضعیف العمر اصحاب کے واسطے نہایت فائدہ مند ہے۔

ترکیب استعمال ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ترش، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔

قیمت فی تولہ صرف چار آنے

مفاصلی

گنٹھیا (وجع مفاصل) خواہ کسی سبب سے ہو اس کے استعمال سے آرام ہو جاتا ہے جوڑوں کے دردوں کے واسطے تریاقی اثر رکھتی ہے رطوبات فاسدہ اور بلغم کی کثرت کی وجہ سے جو جوڑوں میں درد ہوتا ہے اس کے لئے اکسیر کا کام دیتی ہے ریاحی دردوں کو فوراً دفع کرتی ہے معدے کو فضلات سے پاک کرنے میں لاثانی دوا ہے آنتوں کی رطوبات فاسدہ اور خرابیوں کو دور کرتی ہے غرضیکہ آلات ہضم کے تمام نقصانات دور کر کے جسم میں نئی روح پیدا کر دیتی ہے۔ ریاح اور رطوبات زائدہ کی پیدائش کو روک دیتی ہے گردن اور جوڑوں کے دردوں میں بھی مفید ثابت ہوئی ہے۔ پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ دوا۔

قیمت ۲۰ یوم کی دوا ڈھائی روپے

حسن یوسفی

یورپ وغیرہ میں لاکھوں روپے کی ایسی چیزیں
فروخت ہوتی ہیں جن کو عورتیں چہرے کی
ملاحت اور تازگی کے لئے استعمال کرتی ہیں،
ہمارا تیار کردہ "حسن یوسفی" بھی ایک خاص شاہی
نسخہ ہے جسے شاہی محلات میں اطبائے شاہی
استعمال کرایا کرتے تھے عجیب وغریب چیز ہے،
آپ اس دوا کو ایک مرتبہ استعمال کرکے دیکھئے
چہرے کا رنگ نکھارتی جلد کو نرم، ملائم اور
نازک بناتی ہے دوا نہیں پھولوں کی پنکھڑیاں
گلاب کا حسن اور چہرے کا سنگھار ہے۔ ایک
دفعہ جس خاتون نے بھی اسے استعمال کرلیا پھر
وہ کوئی دوسری انگریزی یا دیسی اس کام کی دوا
استعمال نہ کرے گی۔ **ترکیب استعمال:** بقدر
حاجت گرم پانی میں گھول کر چہرے پر یا جسم پر
ملیں اور خشک ہونے کے بعد دھو لیں۔
قیمت فی ڈبیہ ۵ تولہ صرف آٹھ آنے۔

دوائے گردہ

اگر ریگ یا پتھری کی وجہ سے درد گردہ کا دورہ
ہوتا ہو تو اس دوائے گردہ سے فائدہ اٹھایئے
اس کے استعمال سے درد کی شدت فنا ہو
ہوجائے گی اور مریض کو فوراً راحت وتسکین
حاصل ہوگی اور اس کے استعمال سے ریگ
خارج ہوجائے گی اور پتھری ٹوٹ کر بآسانی
نکل جائے گی اور پھر یہ مرض پیدا نہیں ہوگا۔
ڈاکٹری میں تو اس مرض کا علاج آپریشن کے
سوا کچھ نہیں ہے لیکن ہمارا مشورہ ہے کہ جن
لوگوں کو یہ مرض ہو وہ اس دوا کو استعمال کرکے
ضرور تجربہ کریں کیا عجب ہے کہ آپریشن کی نہیں
ضرورت نہ رہے اور اسی دوا سے آرام ہوجائے۔
ترکیب استعمال: معمولی حالت میں ایک
ایک قرص دن میں ۲ مرتبہ ہمراہ سوڈا واٹر یا گرم
پانی معمولی دورہ میں صبح وشام ایک ایک قرص
ہمراہ تازہ پانی۔ قیمت ۳۰ قرص ڈیڑھ روپیہ

معجون سیلان الرحم

یہ دوا عورتوں کو بہت مفید ہے۔ پرسوت کو بند کرتی ہے صحیح حمل میں قوت کو قائم رکھتی ہے،
رحم کی گندہ رطوبت کو جذب کرتی ہے۔ ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتی اور رحم کی خرابیوں کی اصلاح
کرتی ہے دردوں کو بند کرتا ہے نیز بانجھی اور سوداوی بیماریوں کے لئے فائدہ مند ہے۔
ترکیب استعمال: ۔۔ ۴ ماشے یہ معجون صبح کے وقت پاؤ سیر گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال
کریں۔ گڑ، تیل اور کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴ر)

دیوانگی اور پاگل ہو جانے کا حیرت انگیز علاج

دَوَائے الشِّفَاء

یہ دوا جنون کے لئے اکسیر ثابت ہوئی ہے ہزاروں مریض اس سے صحتیاب ہو چکے ہیں۔ جہاں تک ہم کو علم ہے اس سے بہتر اور کامیاب علاج دنیا میں نہیں ہے فی الحقیقت بے مثل اور عجیب چیز ہے۔ دواء الشفاء کے فوائد کی دھوم ہے۔ اگر خدا نخواستہ کوئی پاگل ہو گیا ہے تو اسے پاگل خانے بھیجنے کی جلدی نہ کیجئے پہلے یہ دوا استعمال کرائیے۔ جنون کے جس مریض کی آنکھیں سرخ رہتی ہوں نیند نہ آتی ہو اور زنجیروں میں باندھنے کی ضرورت ہو اس کے لئے یہ دوا نہیں بلکہ اکسیر ہے خاموش اور چپ چاپ بیٹھنے والے مریضوں کو جلد آرام ہو جاتا ہے مگر انہیں زیادہ دیر تک دوا استعمال کرانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مرگی اور اختناق الرحم میں بھی یہ دوا مفید ثابت ہوئی ہے اور اس نے ایسی حالت میں بھی حیرت انگیز فائدہ دکھایا ہے۔ دنیا میں یہ لاثانی دوا حضرت شفاء الملک کے مجربات کا کرشمہ ہے ترکیب استعمال۔ ایک قرص صبح اور ایک ہی شام کو تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں لال مرچ، گوشت و شیریں اشیاء سے پرہیز کرائیں۔ قیمت فی ڈبہ صرف بارہ آنے (۱۲؍)

اکسیر صحت

یہ عجیب و غریب دوا اعلیٰ درجے کی مقوی معدہ و جگر ہے۔ کثیر مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے خون کے ہر قسم کے نقص کو رفع کرتی ہے۔ غذا کے ہضم میں امداد کرتی ہے۔ جسم کو قوی اور فربہ کرتی ہے اعضائے رئیسہ کو قوت پہونچاتی ہے بھوک خوب لگاتی ہے ہر عمر کا آدمی بلا قید موسم بلا تکلف استعمال کر سکتا ہے۔ ایک مرتبہ کا استعمال تمام خوبیوں کو آپ پر ظاہر کر دیگا

ترکیب استعمال کاپرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی ۔ ۲ خوراک ایک روپیہ

روغن عجیب

یہ روغن دائمی قبض دفع کرنے کے لئے عجیب و غریب چیز ہے۔ آنتوں کی خشکی کو رفع کرتا ہے اور آنتوں کو فضلات سے پاک و صاف کرتا ہے کچھ عرصے تک متواتر استعمال کرنے سے آنتوں کی خشکی بالکل دور ہو جاتی ہے اور روزانہ بافراغت اجابت ہونے لگتی ہے۔ قبض کی شکایت بالکل دور ہو جاتی ہے۔ طب یونانی کی عجیب و غریب بے مثل دوا ہے۔

ترکیب استعمال کاپرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی ۲ تولہ ایک روپیہ (عہ)

رجسٹرڈ

عرق شباب

آج کل ہر طرف اعادۂ شباب کے دعوے کئے جا رہے ہیں ہزار ہا دوائیں تیار ہو کر آ رہی ہیں۔ ہم نے تمام دواخانوں کے تجربے کا اور کہنہ مشق کارکنوں نے برسوں کے تجربے کے بعد اس عرق کو پبلک کے سامنے پیش کیا ہے جس کی تیاری میں موجودہ زمانے کی نزاکت پسندی کا پورا پورا لحاظ رکھا گیا ہے۔ یہ نہایت لطیف اور مقوی عرق ہے جو اپنے لاثانی اثرات کے لحاظ سے اس قسم کی تمام دواؤں سے سبقت لے گیا ہے۔ حق یہ ہے کہ اس نے بھی اپنی مسیحائی کے اثرات دکھلائے ہیں۔ صحت کے بحال و قیام اور اعادہ شباب کے لئے اس سے بہتر اور کوئی دوا آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ اس کے نسخے کی ترتیب میں باکمال اطباء نے نظام جسمانی کی ہر ایک ضرورت کو مدنظر رکھا ہے کیونکہ مکمل صحت اس کے بغیر ناممکن ہے ہم تندرست اسی آدمی کو کہہ سکتے ہیں جس کے جسم کا پورا نظام ٹھیک طور پر باقاعدہ پورا کر رہا ہو۔ اس لئے تندرستی اور اعادہ شباب کے لئے صرف وہ دوائیں کامیاب نہیں ہو سکتیں جو جسم میں اپنے فوری اثرات سے کچھ ہیجان پیدا کر دیتی ہیں یہ مقصد اسی وقت پورا ہو سکتا ہے جب نظام جسمانی پر نظر رکھتے ہوئے ایسا نسخہ تجویز کیا جائے جس میں ہر عضو کی رعایت مدنظر رکھی گئی ہو۔ بحمد اللہ کہ ہم وثوق کے ساتھ کہہ سکتے ہیں کہ ہمارا عرق شباب بوڑھوں کو جوان اور جوانوں کو نوجوان بنانے کے لئے تمام بازاری دواؤں سے سبقت لے گیا ہے۔ اس کے فوائد بیان کرنے کے لئے بھی ایک مکمل کتاب کی ضرورت ہے۔ ترکیب استعمال۔ ۵ تولہ عرق شباب اور ایک تولہ مصری ملا کر استعمال کریں اور ایک گھنٹے کے بعد پاؤ بھر دودھ پی لیں۔ گڑ، تیل اور کھٹائی سے پرہیز کریں۔ قیمت فی بوتل صرف پانچ روپے (عمر) ✦

طلا پیسہ شیر والا

کثرت جماع اور دیگر عوارض کے باعث عضو مخصوص میں لاغری پیدا ہو گئی ہے تو اس کے دور کرنے کے لئے اور طوبت رقیقہ کے جذب اور تحلیل کرنے کے لئے اعصاب کو قوت دینے کے لئے طلا پیسہ شیر والا استعمال کریں۔ اس غرض کے لئے یہ خاص چیز ہے۔ چند روز کے استعمال سے ضعف اور سستی کی تمام شکایتیں دور ہو جائیں گی اور زائل شدہ قوت عود کر آئے گی۔ ترکیب استعمال کاغذ ہمراہ طلا ہوگا۔ قیمت فی تولہ ۱۲ روپے (ستہ) ✦

نزلہ، زکام اور کمزوری دماغ کے لئے بہترین دوا

خمیرہ نزلی جواہر والا

مدرسے کے طلبا اور کچہری کے حکام وغیرہ بوجہ دماغی کام کرنے کے اکثر نزلے، زکام اور کمزوری دماغ کی شکایت میں مبتلا رہتے ہیں۔ اور لوگ بھی عموماً بے احتیاطی کی وجہ سے اکثر ان امراض میں مبتلا رہتے ہیں۔ اس شکایت کو دور کرنے کے واسطے عجیب و غریب دوا بنائی گئی ہے۔ کیسا ہی پرانا نزلہ و زکام ہو یا دماغ کمزور ہو گیا ہو اس خمیرے کے استعمال سے یہ سب شکایتیں دور ہو جائیں گی۔ اس کے علاوہ مقوی دماغ بھی ہے اور ضعف اعصاب کو بھی بے حد فائدہ پہنچاتا ہو

ترکیب استعمال۔ ۶ ماشے صبح یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ثقیل، ترش، گرم اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی ۱۰ خوراک صرف ایک روپیہ چار آنے (عہ) ۰

مقوی باہ گھی (رجسٹرڈ)

گھی بذات خود مقوی چیز ہے لیکن ہم نے اس سے سائنٹفک طریقے سے چند مقوی و ممسک ادویات شامل کرکے قوت باہ کے متلاشیوں کے فائدہ کیلئے لاثانی چیز تیار کیا ہے اب کسی معجون کے کھانے کی ضرورت ہے نہ کسی طلاء کے لگانے کی حاجت ہے۔ یہ مقوی باہ گھی ہے آپ کی تمام کمزوریوں کو دور کر دے گا۔ اور دلی خواہشات کو پورا کرے گا اور شرمندگی و ندامت سے نجات دلا دے گا۔ **ترکیب استعمال**: ایک پان میں جس پر صرف کتھا لگایا جائے چونہ نہ لگایا جائے اسی پہ ایک رتی یہ مقوی باہ گھی لگا کر ذرا سی سپاری ڈال کر نوش کریں اور پہلے نہ تھوکیں بلکہ نگل جائیں اور یہ عمل کم از کم ۲۰ یوم تک برابر کریں۔ دوران استعمال میں مباشرت سے پرہیز کریں۔ اور چند دن گزرنے کے بعد آپ کو خود معلوم ہو جائے گا کہ میں کیا تھا اور کیا ہو گیا۔

قیمت ۲ ماشے کی شیشی صرف ایک روپیہ (عہ)

زلف دراز

بالوں کو بڑھاتا ہے جڑیں اگر کمزور ہو گئی ہوں اور بال گرتے ہوں یا سفید ہونے شروع ہو گئے ہوں تو ان کو اس آفت سے محفوظ رکھتا ہے دماغ میں طراوت اور آنکھوں میں روشنی لاتا ہے جس طرح کہ قدیم شاہی اطباء محلات شاہی کے واسطے تیار کیا کرتے تھے اس سے بہتر اور خوشبودار چیز اس مطلب کے لئے اور کوئی نہیں اسے روزانہ استعمال کیجئے قیمت فی شیشی صرف بارہ آنے ۰

معجون فلاسفہ

باہ کو بڑھاتی، مادۂ تولید کی پیدائش کو زیادہ کرتی اور چمک لاتی ہے سلسل البول اور درد کمر اور گردہ اور وجع مفاصل کو دور کرتی ہے چہرے کا رنگ صاف کرتی اور بڑھاپے دہن زائل کرتی ہے، اور دماغ کو خوشبودار بناتی ہے۔ مجوزنے اس کی تجویز کے لئے بھی فلاسفہ کو اس قابلیت سے برتا ہے کہ اہم باسمٰی بنا دیا ہے۔ ۵ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۵ تولے عرق عنب الثعلب ۵ تولے یا دوسری ادویات کے ساتھ استعمال کی جائے ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱؍)۔

فولاد ستیال

ضعف معدہ و جگر کے لئے خاص چیز ہے بیماری کے بعد جو نقاہت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے اور جسم میں از سر نو تازگی اور قوت پیدا کرتا ہے۔ کمی خون اور خرابی خون (اینیمیا) وغیرہ امراض میں اس کے فوائد حیرت انگیز ہیں شرح دانہائے خون کی تعداد میں اضافہ کرتا ہے اور ان میں سرخی خون (ہیموگلوبین) کی مقدار کو زیادہ کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال** ۵ قطرے ۵ تولے پانی میں ڈال کر صبح و شام استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو روپے (۲؍)۔

حب عنبر مومیائی

قوت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں نوجوانوں کی غلط کاری سے اعضائے رئیسہ کے کمزور ہو جانے سے اعضائے تناسل میں جو ضعف پیدا ہو جاتا ہے اس کو دور کرتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر مخفی شکایتوں کو دور کرتی ہیں مباشرت کے بعد ان کا استعمال بہت مفید ہے۔ قوت میں کمی نہیں ہونے دیتیں اور ان کے استعمال کے بعد قوت عود کر آتی ہے۔ **ترکیب استعمال** دو گولیاں رات کو سوتے وقت پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ۔

معجون سنگدانہ مرغ

معدے کو قوت دیتی ہے ضعف ہضم کو زائل کرتی ہے غذا کو ہضم کرتی ہے ریاح کو تحلیل کرتی ہے اور ضعف معدہ کو نہایت ہی مفید ثابت ہوئی ہے ضعف معدے کے لئے عجیب و غریب دوا ہے۔ **ترکیب استعمال**۔ ۵ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۵ تولے یا دوسری مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱؍)۔

معجون حمل عنبری علوی خانی

جن عورتوں کا حمل ساقط ہو جاتا ہو یا ام الصبیان میں مبتلا ہو کر ضائع ہو جاتا ہو ان کے لئے بہت مفید ہے۔ حمل کے تیسرے مہینے سے اس کا استعمال شروع کیا جائے پورے دنوں کے بعد بچہ پیدا ہوگا اور ہر آفات سے محفوظ رکھے گا۔ یہ معجون قیمتی اجزاء سے بنائی جاتی ہے اور نہایت اعلیٰ شے ہے ترکیب استعمال:- ۵ ماشے یہ معجون عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے ثقیل و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸/) +

مفرح یاقوتی معتدل

حرارت غریزی کی حفاظت کرتی ہے اور اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اسہال اور امراض رحم میں بہت مفید ہے۔ اشتہا پیدا کرتی ہے، اور ہر قسم کی کمزوری کو دور کرتی اور مختلف امراض میں فائدہ دیتی ہے۔ ترکیب استعمال:- ۵ ماشے یہ مفرح عرق گاؤزبان ۵ تولہ، عرق بید مشک ۳ تولہ، عرق گذر مینہ دیگر ۴ تولہ، شربت انار ۲ تولہ، کے ساتھ استعمال کریں ثقیل غذائیں نہ کھائیں؛ قیمت فی تولہ صرف بارہ آنے (۱۲/) +

روغن بادام شیریں

اعضاء کی خشکی رفع کرتا ہے۔ قبض کو دور کرتا ہے دماغ کو قوت دیتا اور نیند لاتا ہے۔ کم خوابی کی شکایت کو نافع ہے، دست لانے میں اعانت کرتا ہے۔ اس کے فوائد مسلمہ ہیں۔ ترکیب استعمال اگر قبض انتڑیوں کی خشکی کی وجہ سے ہو تو ۶ ماشہ سے ایک تولہ تک یہ روغن عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ کے ساتھ رات کو سوتے وقت استعمال کریں تقویت دماغ اور نیند لانے کے لئے دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶/) +

خمیرہ مروارید نسخہ کلاں

دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے بہت سا خون نکل جانے یا دستوں کی وجہ سے جو کمزوری ہو جاتی ہو اسکو نیز اور کمزوریوں کو دور کرتا ہے ضعف قلب و خفقان میں بہت مفید ہے۔ موتی جھرہ اور چیچک میں جو گھبراہٹ اور دل پر گرانی ہوتی ہے اسے جلد زائل کرتا ہے سچے موتی جواہرات اور ورق طلا جیسے قیمتی اجزا سے بنایا جاتا ہے۔ ترکیب استعمال صبح و شام ۳ ماشہ سے لیکر ۵ ماشہ تک یہ خمیرہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ گرم اور بادی چیزوں سے پرہیز قیمت فی تولہ ۱۲/

دَوَاء المسک معتدل جواہر والی

سوداوی خفقان اور مراق مالیخولیا کو بہت مفید ہے۔ دل، جگر اور معدے کو قوت دیتی ہے۔ نیز سوداوی بخارات کو تحلیل کرتی ہے قیمتی فوائد رکھتی ہے۔ ترکیب استعمال۔ ۲ ماشے سے ۴ ماشے تک یہ دواء المسک صبح کو مناسب بدرقہ کے ساتھ استعمال کی جائے یا عرق عنبر ۴ تولہ عرق گذر ۴ تولہ، عرق بادیان ۴ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ۔ قیمت فی تولہ چھ آنے (۶/) ♦

اطریفل بادامی

دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے نہایت مفید ہے دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے، اور زیادتی محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا، بینائی و حافظہ کو ترقی دیتا ہے اور خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے، تفریح پیدا کرتا ہے، نزلہ اور درد سر کو کھوتا ہے نہایت مفید ہے ترکیب استعمال:۔ ۹ ماشے صبح یا سوتے وقت استعمال کریں اور گرم، کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱/) ♦

اطریفل زمانی

دماغ کا تنقیہ کرتا ہے مالیخولیا اور مراق کو بہت مفید ہے، درد سر، قولنج، اور تبخیر کو بہت فائدہ دیتا ہے اس کی مداومت نزلے کا قلع قمع کر دیتی ہے۔ ترکیب استعمال، ۵ ماشے سے ۹ ماشے تک ہمراہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ یا تنہا استعمال کریں۔ ترشی دبادی کا پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱/)

حب خاص

ضعف باہ کی ایک مخصوص دوا ہے، بدن کو قوت دیتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو قوی بناتی ہیں ان کے چند روزہ استعمال سے پٹھوں میں قوت آجاتی ہے اور دماغی کمزوری دور ہو کر سستی رفع ہو جاتی ہے۔ بھوک خوب لگتی ہے خون کی پیداوار زیادہ کرتی ہیں، ان کے چند روز کے استعمال سے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ترکیب استعمال:۔ ایک گولی صبح کو پاؤ بھر دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن صرف تین روپے (۳ روپے) ♦

حب مبہی اعظم جدید

انشدمعی خاص ہو ہیں اصلاح کر کے مادۂ تولید کو بڑھاتی اور باہ کو بے حد قوت پہونچاتی ہیں خون صالح پیدا کر کے چہرے کا رنگ سرخ اور چمکدار بناتی ہیں۔ پیری میں جوانی کا لطف دکھاتی ہیں، کسی قدر امساک بھی کرتی ہیں کم سے کم ۴۰ روز استعمال کرنی چاہئیں۔ ترکیب استعمال بعد کھانا کھانے کے ایک گولی صبح ایک شام کو کھائیں۔ دودھ گھی جس قدر ہضم ہو سکے استعمال کریں قیمت ۴۰ گولی کی شیشی عہ

جواہر مہرہ

تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے امراض کے بعد جو کمزوری رہ جاتی ہے اس کو زائل کر کے اصلی قوت بخشتا ہے نہایت مفید اور مجرب ہے۔ ترکیب استعمال۔ ۲ چاول یہ جواہر مہرہ خمیرہ گاؤزبان ایک تولہ میں ملا کر استعمال کیا جاتا ہے۔ اشیائے ترش و بادی سے پرہیز۔ فی ماشہ للعہ ماترص ۶

نوشدارو لولوی

معدے اور دل و دماغ اور جگر کو قوت دیتی ہے خفقان کو دور کرتی اور منہ میں خوشبو پیدا کرتی ہے عجیب چیز ہے۔ ترکیب استعمال سات ماشے یہ نوشدارو عرق کیوڑہ ۲ تولہ عرق بادیان ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴ ر) +

روغن مقوی دماغ

دماغ کو قوت دیتا ہے، بالوں کو سیاہ رکھتا ہے، درد سر اور دماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے، اس کا استعمال رکھیں تو عام دماغی کمزوری سے محفوظ رہیں گے۔ ترکیب استعمال۔ رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴ ر) +

قرص اگر

یہ دوا تجربہ سے بے حد مفید ثابت ہوئی ہے معدہ اور جگر کی نا مناسب حالت کو اعتدال پر لاتی ہے صفراء کی زیادتی کو رفع کرتی ہے دائمی تلملاہٹ درد سر کی شکایت اس کے استعمال سے چند روز میں رفع ہو جاتی ہے غذا کے ہضم میں مدد دیتا ہے مقوی دل و دماغ و جگر ہے۔ ترکیب استعمال۔ دو دو قرص کھانے کے بعد صبح شام پانی کے ساتھ استعمال کریں گرم ثقیل اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی (۴۰ قرص) صرف ایک روپیہ آٹھ آنے

حبِ امساک

ہم نے سنا ہے کہ اکثر لوگ امساک کی ادویہ کا اشتہار دیکھ کر یہ کہہ دیا کرتے ہیں کہ اوہ! یہ ایک فضول چیز ہے اس کا کبھی اثر ہی نہیں نہیں ہوتا درحقیقت بات اس قدر ہے بھی ضرور کہ اشتہار بازوں نے پبلک کو بہت ہی بُری طرح دھوکہ دیا ہے اشتہار میں جو چاہا لکھدیا اور پارسل میں جو چاہا بھیجدیا، اس کا انسداد صرف اس طرح پر ہو سکتا ہے کہ کسی دواخانے سے کوئی دوا نہ منگائی جائے جب تک اس کا سرپرست کوئی ذمہ دار حکیم نہ ہو ہم ان حبوب کے ذمہ دار ہیں۔ اثر نہ ہو کیا معنی؟ لطف یہ ہے کہ آپ کمزور بھی ہیں اور سرعت کی شکایت بھی ہے پھر یہ گولیاں اپنا کام کرکے اپنا نام کرتی ہیں۔ ہاتھ کنگن کو آرسی کیا ہے! ایک درجن منگائیے اور بلا شبہ گھنٹوں لطف اٹھائیے ترکیب استعمال کا پرچہ ہمراہ دوا ہوگا قیمت ایک درجن کی صرف تین روپے (عہ) ◆

طلائے کیمیا تاثیر

اس زمانے میں جہاں تک دیکھا گیا ہے پچانوے فی صدی انسان کے دل میں کمزوری اور ضعف باہ کے شاکی ہیں جس کی وجہ زیادہ تر بچپن کی غلط کاری، اور جوانی کی بے عنوانیاں ہوتی ہیں اور پھر غضب یہ ہے کہ شرم کے مارے نہ کسی حاذق طبیب سے رجوع کر سکتے ہیں اور نہ اپنا دردِ دل کہہ سکتے ہیں، اور دل کی حسرت دل ہی میں لئے ہوئے دنیا سے سفر کر جاتے ہیں۔ لہٰذا اُن حضرات کے واسطے جو اپنے آپ کو تباہ کر چکے ہوں اور ناکارہ و مایوس ہو کر موت کو زندگانی سے بہتر سمجھنے لگے ہوں یہ طلا نہایت محنت اور جستجو سے تیار کیا گیا ہے فی الواقع یہ طلا کیمیا تاثیر ہے اور لطف یہ ہے کہ بالکل بے ضرر ہے نہ آبلہ کرتا ہے نہ سوزش اور بے چینی پیدا ہوتی ہے اور اگر دو ہفتے با پابندیٔ شرائط کے ساتھ اس کا استعمال کیا جائے تو عضو کی تمام کمزوری و سستی کو خواہ وہ کسی سبب سے ہو زائل کرکے ازسر نو قوت و راستگی پیدا کرتا ہے۔ ترکیب استعمال:- ۴ رتی سر اور سیون بچا کر مالش کریں اور اوپر سے بنگلہ پان یا معمولی پان نیم گرم کرکے کچے سوت سے باندھیں۔ صبح کو کھول دیں اور سرد پانی سے پرہیز کریں اور جب تک طلا کا استعمال ہے جماع سے قطعی پرہیز کریں۔ اگر کچھ دانے نکل آئیں تو طلا موقوف کرکے چنبیلی کا تیل لگائیں اور آرام ہونے کے بعد پھر دوبارہ استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ چار روپے (للعہ)

معجون جذام

مرض جذام کے لئے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے نیز جذر و فساد خون اور آتشک کو بھی مفید ہے۔ ترکیب استعمال خوراک ایک تولہ بوقت صبح۔ اشیائے بادی، ترش و شیرینی سے پرہیز اور غذا میں نمک کم کھائیں۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱) ◆

اعصاب اور قوت باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے

لبوب اعظم

نہایت قیمتی اجزاء سے مرکب ہے کیونکہ تمام مقوی ادویات کے جوہر از کیمیاوی طریقہ پر تیار کیا گیا ہے اس لئے تمام مقوی ادویات سے بہتر ہے۔ قوت مردمی میں اضافہ کرتا ہے کثرت جماع دخلاف کاری جریان جس کے علاج میں لاپروائی کی گئی ہو۔ کثرت احتلام، گردہ ومثانہ کی کمزوری کو دور کر کے قوی کرتا ہے خون صالح بکثرت پیدا کرتا ہے چہرے کو بارونق اور جسم کو فربہ اور طاقت وربناتا ہے اور باہ میں حیرت انگیز قوت پیدا کرتا ہے وہ لوگ جو عصبی شکایتوں کی وجہ سے باہ کے مریض ہیں ان کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۲ ماشے یہ لبوب کھا کر ایک پاؤ دودھ پی لیں اگر کچھ گرمی زیادہ محسوس ہو تو دودھ زیادہ استعمال میں لائیں۔ قیمت فی شیشی جس میں ۱۴ خوراک دوا ہے صرف پانچ روپے (صہ) ◆

قرص جریان جدید

جریان جیسے تباہ کن مرض کے لئے قرص جریان ایک نعمت ہیں جریان کا سبب خواہ کچھ بھی ہو ہر صورت میں اپنا معجز نما اثر دکھاتے ہیں۔ اعضائے تناسل کی جو خرابی ہو جس کو اعتدال پر لا کر ان کو صحیح حالت پر لاتے ہیں اس دوائی دو تین خوراکیں ہی کثرت احتلام کو روک دیتی ہیں غرضیکہ یہ قرص جریان کثرت احتلام اور اس کے عوارض کا کامیاب اور مجرب علاج ہیں۔ ترکیب استعمال:۔ ایک ایک قرص صبح وشام تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ گرم، ترش، اور بادی اشیاء کا پرہیز۔

قیمت فی شیشی جس میں پچیس یوم کے استعمال کی دوا ہے دو روپے آٹھ آنے (عہ) ◆

طلائے الماس

یہ عجیب وغریب طلاء ہے جس کے فوائد کا چرچا عام ہے۔ ہیرے جیسے قیمتی اجزاء سے خاص اہتمام سے تیار کیا جاتا ہے۔ عضو مخصوص کی ہر قسم کی خرابی رفع کرنے میں عدیم المثال ہے سست اور بے کار اعصاب از سر نو تازہ ہو جاتے ہیں کجی، لاغری، کمزوری کو جلد رفع کرتا ہے اس کے چند روزہ استعمال سے مریض اپنے اندر غیر معمولی قوت محسوس کرنے لگتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ایک گولی کا ½ حصہ لعاب دہن میں گھس کر حشفہ اور سیون چھوڑ کر لگائیں اوپر سے پان باندھ دیں دوران استعمال میں جماع سے قطعی پرہیز۔

قیمت فی گولی صرف چار آنے (۴ر) ◆

کشتہ طلا رکلاں

اس سے قبل اس کشتہ میں سونے کے ذرات قائم و نمودار رہتے تھے جس کی وجہ سے اکثر طبیب وویدصاحبان کا یہ اعتراض تھا کہ یہ کشتہ نہیں ہے۔ کشتہ وہ ہے جو خاک ہوجائے ۔اس سلئے اب ہم نے اس کو دوسری ترکیب سے تیار کیا ہے جو نہایت عمدہ مثل مسکہ اور بالکل غبار ہوگیا ہے اور فائدے میں پہلے سے بہتر اور زیادہ مفید ثابت ہوا ہے۔ اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے ۔ارواح وحرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے۔ جسمانی قوتوں کو قائم رکھتا ہے اور باہ کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اعلیٰ درجے کا مقوی اور ہاضم ہے۔ **ترکیب استعمال** :- ۲ چاول یہ کشتہ حبوب کبیر ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے یا دوار المسک جواہر والی ۵ ماشے یا معجون جالی نوس لولوی ۴ ماشے یا مکھن دو تولے کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔ مرغن غذا اور دودھ مکھن وغیرہ کا زیادہ استعمال مفید ہوگا

قیمت فی تولہ ایک سو بیس روپے (۱۲۰ء) فی ماشہ دس روپے۔ قرص ۵ خوراک پانچ روپے

سفوف حیرت

فوری ضرورت کی چیز ہے شادی کے روز کی ضرورت ہے ایک خوراک سفوف یہ بتا شام کو کھائیے اور اگلی صبح ۔ خرم و شاد کام مجمع احباب میں آئیے یہ سفوف حکیم صاحب قبلہ کا خاص اس کام کے لئے خاص عطیہ ہے بجلی کی سی قوت اس مرکب میں پیدا کردی گئی ہے۔ بیان کیا جاتا ہے کہ اس نسخہ کی بدولت اکثر حکام جن کو یہ نسخہ معلوم تھا، [illegible] کے مقرب ہو گئے تھے اجزا بھی حیرت انگیز ہیں اور نہایت گراں قیمت ہیں ۔ بعد فراہم ہوئے ہیں جواہر، مشک اور عنبر اس کا خاص جزو ہیں، اسی وجہ سے قیمت بھی زیادہ ہے لیکن یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ اس کی ایک خوراک ... وہ کام دے گی جو دوسری ادویات مدتوں کے بعد بھی نہ دے سکیں گی ایک سال میں ۲۔۴ روز کھا لیجئے، اور کمزوری کی طرف سے بے فکر ہو جائیے۔ شادی سے ۳ روز پہلے شروع کر دیجئے اگر بہت زیادہ خرابی ہو تو ۷ روز پہلے شروع کریں۔ **ترکیب استعمال** ایک خوراک بوقت خواب ہمراہ بالائی استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ ۸ ر

ساٹھ خوراک صرف تین روپیہ (۳ روپے)

خمیرہ زہر مہرہ

خفقان، وحشت، مالیخولیا اور مراق کے لئے نہایت مفید ہے اور تشنگی کو دور کرتا ہے نیز تقویت قلب کے لئے بھی بے شک ثابت ہوا ہے۔ ۳ ماشہ صبح یا سہ پہر کو استعمال کریں گرم و بادی اشیاء سے پرہیز قیمت فی تولہ آٹھ آنے

حب جوہر

قوت حرص کا ضعف دور کرتی ہیں اور عالم جوانی
کمزوری کے عوض قوت اور طاقت پیدا کرتی ہیں
کمزوری خواہ جوانی میں ابتدائی شباب کی بے
احتیاطیوں کی وجہ سے خواہ جوانی گذرنے کے بعد
تقاضائے سن وسال کی وجہ سے ہو انسانی ہستی
کے لئے ایک بڑی مصیبت ہے اور جن ادویہ سے
کہ اس مصیبت کا چارہ ہو سکتا ہے ان میں سے
یہ ایک بہتر چیز ہے۔ حالی جناب مسیح الملک مرحوم
کے مجربات خاندانی میں سے ہے۔ ترکیب
استعمال۔ جوانوں کو آدھی گولی رات کو سوتے
وقت آدھ پاؤ گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ
استعمال کرنی چاہئے۔ بڑے آدمی ایک پوری گولی
استعمال کریں۔ گھی اور دودھ بقدر برداشت ضرور
استعمال ہو۔ دس بارہ روز تک استعمال کرنے کے
بعد حالت سے اطلاع دی جائے۔ ترش اور بادی
اشیاء نیز مجامعت سے ہنگام استعمال پرہیز کیا جائے
جاڑے کے موسم میں بلا ضرورت بھی جو لوگ استعمال
کریں وہ آئندہ عمر میں اس کا فائدہ اٹھائیں گے
گرمیوں کے موسم میں گرم مقامات پر اس گولی کے
استعمال کرنے کی اجازت نہیں صرف گرمی میں
پہاڑوں پر ٹھنڈے مقامات میں آدھی گولی صبح کو

اکسیر سوزاک

سوزاک ایسی بری بیماری ہے ایک آفت کہلاتی
کوئی ہے مار و عقرب اور کسی سے خطرناک ہیں پہلے
یہ مانی ہوئی بات ہے کہ اس مرض کی ابتدا فاحشہ
عورت سے ہی ہوتی ہے۔ اطباء نے اس مرض
کو متعدی اور غیر متعدی مانا ہے۔ غیر متعدی کا نام
طب میں حرقت البول ہے اور متعدی کا نام قرحہ
مجری البول۔ غیر متعدی سوزاک چند معمولی تدابیر
جات سے جاتا رہتا ہے لیکن پیشاب کی نالی میں
جب زخم پڑ جائے تو زیادہ توجہ کے ساتھ علاج کی
ضرورت ہے۔ ہمدرد دواخانہ اس امر کی بہت ہی
مبارکباد ہے کہ اس نے اکسیر سوزاک کے ذریعہ
قرحہ کو بھر دیا ہے۔ اور سوزاک پر پورا قبضہ پالیا ہے
اب آپ کو اطباء کی ناز برداری اٹھانے کی ضرورت
نہیں۔ اکسیر سوزاک منگائیے اور اس مرض سے
نجات حاصل کیجئے۔ ترکیب استعمال۔ ایک
خوراک صبح کو ایک شام کو پی لی جائے، دوران
استعمال میں گڑ، تیل، ترش اور بادی اشیاء سے
پرہیز کریں۔ فروٹ وغیرہ زیادہ استعمال کریں۔
گرم اشیاء سے بھی پرہیز کریں۔ قیمت دس اونس
کی شیشی صرف ایک روپیہ۔ ایک شیشی میں ۱۰ خوراک
دوا ہوتی ہے ◆

ناشتے کے بعد استعمال کی جائے۔ عام طور پر صرف موسم سرما میں اس کا استعمال مناسب ہے زندگی میں
صرف ایک بار ضرور چالیس گولیاں استعمال کیجئے۔ قیمت فی ماشہ نو روپے (للعہ) فی درجن (دعہ) ◆

اُچھل کر وہ نہیں چلتے جو کامل ہیں کسی فن میں
چھلک جاتا ہے پانی قاعدہ ہے اوچھے برتن میں

ماہوار طبی رسالہ

چشمۂ حیات دہلی

جلد (۹)	بابت ماہِ فروری سنہ ۱۹۴۴ء	نمبر (۸)

فہرست مضامین

شمارہ	عنوان	صفحہ

نبض

(جناب حکیم محمد کبیر الدین صاحب پروفیسر طبیہ کالج دہلی)

نبض شریانوں کی ایک خاص حرکت کا نام ہے۔ جس میں شریانوں کی وضع بدلتی رہتی ہے یعنی وہ پھیلتی اور سکڑتی رہتی ہیں (اس حرکت کو "حرکتِ وضعیہ" کہتے ہیں) شریانوں کی ان حرکات کی غرض روح کو سرد ہوا کے ذریعے ٹھنڈک پہونچانا (تعدیل کرنا) اور روح کے گرم بخارات کو باہر نکالنا ہے۔

حرکتِ وضعیہ اس حرکت کو کہتے ہیں جس سے حرکت کرنے والے جسم کی وضع بدلتی رہے، مگر وہ اپنی جگہ پر قائم رہے اور اس کے مقام میں کوئی تغیر نہ ہو مثلاً چکی کا چکر لگانا، اور آسمان کا گھومنا، اور حرکتِ اینی یا حرکتِ مکانی اس حرکت کو کہتے ہیں جس سے حرکت کرنیوالے جسم کا مکان بدلتا رہے۔ خواہ وہ ایک مکان سے منتقل ہوکر دوسرے مکان میں آجائے یا وہ اپنے ہی مقام میں قائم رہے۔ مگر مکان کی ہیئت بدل جائے۔ پہلی مثال چلنے پھرنے کی حرکت ہے، اور دوسری مثال مکان کا تنگ ہوجانا اور فراخ ہوجانا ہے۔ نبض کی حرکتِ وضعی یا حرکت اینی (مکانی)؟ اس میں اطبا رکا اختلاف ہے۔ مصنف نے اس کو "وضعی" کہا ہے، مگر اکثر حکما ر نبض کی حرکت کو "اینی حرکت" کہتے ہیں۔ کیونکہ نبض کے پھیلنے اور سکڑنے کی حالت میں نبض کا مکان بڑا اور چھوٹا ہوجاتا ہے اور مکان کے چھوٹے اور تنگ ہونے اور بڑے اور فراخ ہونے میں اس کی ہیئت بدل جاتی ہے جسے ہم حرکت اینی (مکانی) کے سوا "حرکتِ وضعی" ہرگز نہیں کہہ سکتے۔ کیونکہ حرکت وضعی میں شرط یہ ہے کہ مکان کی ہیئت نہ بدلے (مترجم)

نبض کی دس چیزیں صحت و مرض کی دلیل (علامت) بنتی ہیں (یعنی نبض میں دس چیزیں دیکھی جاتی ہیں اور انہیں دس امور کا لحاظ کیا جاتا ہے)

(۱) مقدار یعنی نبض کی (۱) لمبائی (۲) چوڑائی، اور (۳) گہرائی یا بلندی۔ چنانچہ نبض کی مقدار کے لحاظ سے نبض کی ۹ قسمیں ہیں (۱) طویل (لمبی) جو طبعی حالت سے زیادہ لمبی ہوتی ہے (۲) قصیر (چھوٹی) جو طبعی حالت سے چھوٹی ہوتی ہے (۳) عریض (چوڑی) جو طبعی حالت سے زیادہ چوڑی ہوتی ہے (۴) معتدل (درمیانی) جو نہ زیادہ لمبی ہوتی ہے نہ زیادہ چھوٹی ہوتی ہے (۵) ضیق (تنگ) جو طبعی حالت سے زیادہ تنگ ہوتی ہے (۶) معتدل (درمیانی) جو نہ زیادہ

چوڑی ہوتی ہے اور نہ زیادہ تنگ (۷) مشرف (بلند) جو طبعی حالت سے زیادہ بلند اور اُبھری ہوتی ہے (۸) منخفض (پست) جو کم بلند ہوتی ہے (۹) معتدل (درمیانی) جو نہ زیادہ بلند اور نہ زیادہ پست ہوتی ہے۔

اگر ان ہی مذکورہ بالا ۹ قسموں کو مرکب کیا جاوے تو اس کی ۲۷ قسمیں بنیں گی یعنی لمبائی، چوڑائی اور بلندی ہر ایک کی ۳ قسمیں ہیں اگر ان میں سے ایک ایک لے کر مرکب کیا جائے تو ۹ قسمیں بن جائیں گی کیونکہ ساری قسمیں ۹ ہیں، اور ۹ کو ۳ میں ضرب دینے سے ۲۷ ہوتے ہیں۔ کیونکہ مثلاً لمبی نبض یا چوڑی ہوگی یا تنگ ہوگی یا درمیانی حالت میں ہوگی۔ یہ ۳ قسمیں بنیں۔ ان میں سے ہر ایک یا بلند ہوگی یا پست ہوگی یا درمیانی حالت میں ہوگی۔ اس طور پر صرف لمبی نبض کی ۹ قسمیں بنتی ہیں، اسی طرح چھوٹی نبض اور معتدل نبض کو بھی قیاس کر لو۔ جس سے ہر ایک کی ۹ - ۹ قسمیں بنیں گی، اور ۹ کو ۳ میں ضرب دینے سے ۲۷ بن جاویں گی۔ اگر اس طرح بھی سمجھ میں نہ آوے تو اس جدول میں غور کرو

طویل عریض مشرف	طویل عریض منخفض	طویل عریض متوسط	طویل ضیق مشرف	طویل ضیق منخفض	طویل ضیق متوسط	طویل متوسط مشرف	طویل متوسط منخفض	طویل متوسط متوسط
قصیر عریض مشرف	قصیر عریض منخفض	قصیر عریض متوسط	قصیر ضیق مشرف	قصیر ضیق منخفض	قصیر ضیق متوسط	قصیر متوسط مشرف	قصیر متوسط منخفض	قصیر متوسط متوسط
متوسط عریض مشرف	متوسط عریض منخفض	متوسط عریض متوسط	متوسط ضیق مشرف	متوسط ضیق منخفض	متوسط ضیق متوسط	متوسط متوسط مشرف	متوسط متوسط منخفض	متوسط متوسط متوسط

ان ہی ۲۷ قسموں میں سے ایک نبض خاص قسم کی ہوگی جس میں لمبائی، چوڑائی اور بلندی تینوں زیادہ ہوں گی (یعنی طویل، عریض، مشرف) اس قسم کا نام خاص ہے نبضِ عظیم (بڑی) کہتے ہیں اور اگر تینوں مقدار میں کم ہوں (یعنی ضیق، قصیر، منخفض ہو) تو اسے اصطلاحِ طب میں نبضِ صغیر یعنی چھوٹی نبض کہتے ہیں۔

(۲) کیفیتِ قرع نبض کی ٹھوکر کی حالت (یعنی دوسری قسم میں یہ دیکھا جاتا ہے کہ نبض کی ٹھوکر انگلی میں کیسی لگتی ہے) اس لحاظ سے نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) نبض قوی (جس میں نبض انگلی میں زور سے ٹھوکر مارتی ہے (۲) نبض ضعیف (جس میں وہ کمزور ٹھوکر لگاتی ہے (۳) نبضِ معتدل (جس میں درمیانی حالت کی ٹھوکر لگاتی ہے)۔

(۳) زمانۂ حرکت اس تیسری قسم میں نبض کی حرکت کا زمانہ دیکھا جاتا ہے کہ آیا ایک حرکت دیر میں ختم ہوتی ہے یا جلدی۔ زمانۂ حرکت کے لحاظ سے بھی نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) سُریع (تیز) جس میں نبض جلد حرکت کرتی ہے (۲) بطئی (سُست) جس میں نبض دیر میں حرکت ختم کرتی ہے (۳) متوسط (درمیانی)۔

(۴) قوامِ آلہ یعنی نبض کی سختی و نرمی۔ اس لحاظ سے بھی نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) صلب یعنی سخت جس میں نبض انگلی کے نیچے سخت معلوم ہوتی ہے (۲) لیّن (نرم) (۳) متوسط (درمیانی)۔

(۵) زمانۂ سکون اس پانچویں قسم میں نبض کا وہ سکون دیکھا جاتا ہے جو دو حرکتوں کے درمیان نبض کے ٹھیراؤ کے وقت معلوم ہوتا ہے۔ اس لحاظ سے نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) متواتر (پے درپے چلنے والی نبض جس میں نبض سکون کم کرتی ہے یا کم ٹھیرتی ہے، اور جلد اس کی حرکت شروع ہوجاتی ہے (۲) متفاوت (ٹھیرنے والی جس میں نبض زیادہ ٹھیرتی اور زیادہ سکون کرتی ہے (۳) معتدل (درمیانی)۔

(۶) شریان کی کیفیت گرمی اور سردی۔ اس چھٹی قسم میں نبض کی گرمی اور سردی دیکھی جاتی ہے۔ اس لحاظ سے بھی نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) حار (گرم) (۲) بارد (سرد) (۳) متوسط (درمیانی)۔

(۷) نبض کی رطوبت ساتویں قسم میں نبض کی اندر کی رطوبت دیکھی جاتی ہے۔ اس لحاظ سے بھی نبض کی ۳ قسمیں ہیں (۱) مُمتلی (بھری ہوئی) جس میں نبض کے اندر رطوبت زیادہ ہوتی ہے (۲) خالی۔ جس میں نبض کے اندر یا بالکل رطوبت نہیں ہوتی یا کم ہوتی ہو (۳) متوسط (درمیانی)۔

(۸) نبض کے حالات کا درست رہنا یا مختلف ہونا اس آٹھویں قسم میں نبض کے حالات دیکھے جاتے ہیں کہ آیا یہ ایک حالت

پر رہتے ہیں یا بدلتے رہتے ہیں۔ چنانچہ اس لحاظ سے نبض کی ۲ قسمیں ہیں (۱) مُستوی جس میں نبض ایک حالت پر چلتی رہتی ہے (۲) مختلف (جس میں نبض کی حالتیں مختلف ہوتی رہتی ہیں اور بدلتی رہتی ہیں)

(۹) نبض کی مختلف ہونے کی صورت میں اس کے نظم کا قایم رہنا یا نہ رہنا

یعنی اس نویں قسم میں یہ دیکھا جاتا ہے، کہ اگر نبض مختلف ہے تو آیا اس کا اختلاف باقاعدہ طور پر اور نظم معین پر ہے، یا اس کا اختلاف بھی بے قاعدہ طور پر ہے۔ اس لحاظ سے بھی نبض کی ۲ قسمیں ہیں (۱) نبض مختلف منتظم (جس میں نبض کے حالات ضرور بدلتے رہتے ہیں۔ مگر باقاعدہ طور پر اور ایک انتظام کے ساتھ مثلاً ایک نبض ہے جس کی ہر ایک پہلی ٹھوکر نرم اور دوسری ٹھوکر سخت ہوتی ہے اور اول سے آخر تک یہی نظم قائم رہتا ہے (۲) نبض مختلف غیر منتظم (جس میں نبض کے حالات بلا کسی خاص نظام کے بدلتے رہتے ہیں مثلاً ایک نبض ہے جس کی کبھی تیسری ٹھوکر سخت ہو جاتی ہے کبھی دوسری کبھی دس ٹھوکروں کے بعد ایک ٹھوکر سخت ہو جاتی ہے۔

تنبیہ:۔ مگر اس نویں کا ایک علیحدہ اور مستقل قسم شمار کرنا غلطی ہے۔ بلکہ نویں قسم دراصل آٹھویں قسم (مختلف) میں داخل ہے۔ اس لئے جو پہلے کہا گیا کہ نبض کی ۱۰ چیزیں صحت و مرض کی دلیل بنتی ہیں۔ بجائے اس کے ۹ کہنا صحیح ہے۔

(۱۰) وزن

اس دسویں قسم میں نبض کا وزن دیکھا جاتا ہے۔ یعنی نبض کی حرکات و سکون کا باہمی مقابلہ کیا جاتا ہے مثلاً انبساط کا مقابلہ انقباض سے، یا حرکت کا مقابلہ سکون سے، غرض وزن سے مراد یہاں "بوجھ" نہیں ہے بلکہ باہمی "مقابلہ کرنا" مراد ہے۔ وزن کے لحاظ سے نبض کی دو قسمیں ہیں (۱) حسنُ الوزن (اچھے وزن کی نبض جو عمر وغیرہ کے لحاظ سے بالکل دُرست ہوتی ہے (۲) سَیّئُ الوزن (بُرے وزن کی نبض جس کا وزن عمر وغیرہ کے لحاظ سے غیر طبعی اور خراب ہوتا ہے) نبض سیّ الوزن کی پھر ۳ قسمیں ہیں (۱) مجاوزُ الوزن (جس میں کسی عمر کی نبض کسی قریب عمر کی نبض کے مانند ہو جائے) مثلاً بچوں کی نبض جوان کی طرح چلنے لگے (یا جوانوں کی نبض بوڑھوں کی طرح چلنے لگے) (۲) مبائنُ الوزن (جس میں کسی عمر کی نبض دور کی عمر کے نبض کی طرح ہو جائے) مثلاً بچوں کی نبض بوڑھوں کی مانند ہو جائے یا بوڑھوں کی بچوں کی مانند ہو جائے۔ (۳) خارجُ الوزن (جس میں نبض اس قدر بدل جاتی ہے جو کسی عمر کی نبض کے ساتھ مشابہ نہیں رہتی ہے۔ چنانچہ یہ آخری قسم سب سے زیادہ ردّی اور بری ہوتی ہے (کیونکہ اس میں طبعی حالت سے نبض بہت زیادہ دور ہو جاتی ہے)

نبض کی قسموں کی تفصیل کے بعد مناسب معلوم ہوتا ہے کہ ان قسموں کے اسباب بیان کئے جائیں کہ یہ قسمیں کس وقت کس وجہ سے پائی جاتی ہیں۔

یہ سب کو معلوم ہے کہ نبض کی غرض (ضرورت وحاجت) کیا ہے؟ حرارت غریزی اور روح کو ٹھنڈک پہونچانا اور تعدیل کرنا ہے اس لئے جب گرمی بڑھ جاتی ہے، اور گرمی کے بڑھنے سے نبض کی ضرورت بڑھ جاتی ہے تو اس وقت نبض کی لمبائی، چوڑائی وغیرہ زیادہ ہوجاتی ہے اور نبض عظیم (بڑی) چلنے لگتی ہے۔ مگر نبض کے عظیم ہونے میں یہ شرط ہے کہ شریان سخت نہ ہو بلکہ نرم ہو، اور نرم ہونے کی وجہ سے وہ خوب پھیل سکے۔ نیز قوت بھی قوی ہو (جو شریان میں حرکت پیدا کرتی ہے)۔

اگر گرمی کی اس درجہ شدت ہو کہ نبض کے عظیم ہوجانے کے باوجود بھی نبض کی حاجت (تعدیل) پوری نہ ہو تو نبض عظیم ہوجانے کے باوجود سریع (تیز رفتار) ہوجاتی ہے۔ اگر اس سے بھی حاجت زیادہ ہو تو عظیم اور سریع ہونے کے باوجود متواتر ہوجاتی ہے یعنی سکون کم کرنے لگتی ہے۔ اگر شریان سخت ہو اور سختی کی وجہ سے زیادہ نہ پھیل سکے تو اس صورت میں نبض عظیم نہیں ہوسکتی ہے بلکہ سریع (تیز) ہوگی، اور تیزی کے ساتھ صغیر (چھوٹی) ہوگی۔ اگر اس سے کام نہ چل سکے گا تو نبض متواتر بھی ہوجائے گی۔ اور اگر قوت کمزور ہو تو نبض نہ عظیم ہوسکتی ہے اور نہ سریع۔ بلکہ متواتر ہوجاتی ہے یعنی اپنا سکون کم کردیتی ہے۔ نیز اس حالت میں صغیر (چھوٹی) ہوتی ہے، اور اس حالت سے زیادہ چھوٹی ہوتی ہے جو شریان کے سخت ہونے کی حالت میں ہوتی ہے۔

یاد رکھو! کہ نبض سریع (تیز) اور متواتر میں بہت کچھ اختلاف ہے۔ سریع میں صرف حرکت تیز ہوجاتی ہے۔ اور متواتر میں خواہ تیز ہو یا سست سکون کا زمانہ جو دو حرکتوں کے درمیان ہوتا ہے یعنی حرکت کے بعد نبض جتنی دیر کے لئے رکتی ہے اور آرام کرتی ہے متواتر ہونے کی حالت میں کم رکتی ہے یہ بھی یاد رکھو کہ نبض کے سریع ہونے کے لئے یعنی حرکت کے تیز ہونے کے لئے قوت کی ضرورت ہے مگر متواتر کے لئے قوت کی ضرورت نہیں ہے بلکہ علی العموم متواتر "ضعف" ہی کی وجہ سے ہوتی ہے، کیونکہ ضعف کی وجہ سے نہ نبض عظیم (بڑی) ہوسکتی ہے اور نہ تیز ہوسکتی ہے اس لئے نبض کی ضرورت شدید ہوجاتی ہے اور وہ ضرورت اس طور پر پوری ہوتی ہے کہ نبض اپنا آرام کم کردیتی ہے تاکہ اس کا تدارک ہوجائے (مترجم)۔

کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ باوجود قوت کے قوی ہونے کے نبض صغیر (چھوٹی) ہوجاتی ہے جس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ قوت جو نبض چلاتی ہے غذا کی کثرت یا بدنی مواد کی کثرت سے دب جاتی ہے۔

اگرچہ فی الحقیقت وہ قوی ہوتی ہے جیسا کہ کسی مرض کی نوبت (باری) کے شروع اور آمد آمد کے وقت نبض صغیر ہوجاتی ہے۔ رطوبت کی وجہ سے نبض لین (نرم) ہوتی ہے اور خشکی کی وجہ سے صُلب (سخت) ہوتی ہے۔

بعض قسم کے بحران میں نبض گاہے سخت ہوجاتی ہے جس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ بحران کی حالت میں مرض کے مواد کسی راستے سے خارج ہونے کے لئے اس طرف دفع ہوتے ہیں جس سے شریان اسی طرف کو کھنچ جاتی ہے اور اس تناوے سے نبض سخت ہوجاتی ہے۔

نبض کے مختلف ہونے کی وجہ (۱) مواد کا بوجھ ہوتا ہے (جس سے قوت دب جاتی ہے اور باقاعدہ حرکت نہیں دے سکتی ہے یا (۲) اس کی وجہ نہایت کمزوری ہوتی ہے جس سے اس کی باقاعدگی جاتی رہتی ہے۔ اگر یہ دونوں اسباب نہایت شدید ہوں تو نبض کے اختلاف کا نظم بھی جاتا رہتا ہے۔ اور نبض کا وزن بھی خراب ہوجاتا ہے ورنہ نبض اگرچہ مختلف ہوتی ہے مگر مختلف منتظم (بانظم ہوتی ہے)

نبض کی چند قسموں کے خاص نام ہیں جن کی طرف اشارہ کرنا ہمیں ضروری ہے۔ ان نام والی نبضوں میں سے نبض عظیم اور نبض صغیر بھی ہیں جنہیں ہم ذکر کرچکے ہیں۔

نبض منشاری:۔ (آرے کے دندانوں کی مانند نبض) وہ تیز، متواتر اور سخت نبض ہے جس کے اجزا، مختلف ہوتے ہیں۔ کچھ اجزاء بلند اور کچھ پست۔ بعض اجزا پہلے حرکت کرتے ہیں اور بعض پیچھے بعض اجزا سخت ہوتے ہیں اور بعض نرم۔

نبض موجی:۔ (دریا کی موج کے مانند) نبض منشاری کے مانند ہوتی ہے مگر موجی اس کی نسبت زیادہ نرم ہوتی ہے۔

نبض دُودی:۔ (کیڑے کی مانند) نبض دودی موجی کے مانند ہوتی ہے مگر دودی صغیر (چھوٹی) ہوتی ہے۔

نبض ذَنَبُ الفار:۔ (چوہے کی دُم کے مانند) وہ نبض ہے جو چھوٹی مقدار سے بڑی مقدار کی طرف جاتی ہے۔ یا بڑی مقدار سے چھوٹی مقدار کی طرف آتی ہے اور پھر پہلی مقدار کی طرف یا پہلی حالت کی طرف لوٹ آتی ہے اور گاہے ایسا ہوتا ہے کہ پہلی مقدار تک نہیں پہونچتی ہے بلکہ اس مقدار تک پہونچنے سے پہلے ختم ہوجاتی ہے۔ اور یہ

شکلِ نبض ذنب الفار

(نبض ٹوٹتے ہوئے یہیں تک رُک گئی ہے۔ مترجم)

ردی ہے۔ کیونکہ اس سے قوت کی کمزوری ظاہر ہوتی ہے۔

نبض نملی :۔ (چیونٹی کے مانند) نملی نبض دودی کے مانند ہوتی ہے۔ لیکن نملی زیادہ چھوٹی زیادہ متواتر اور زیادہ ضعیف ہوتی ہے۔

نبض مطرقی :۔ (ہتھوڑے کی ٹھوکر کے مانند) وہ نبض ہے جو انگلی میں ٹھوکر مارتی ہے۔ اور قبل اس کے کہ ٹھوکر مار کر لوٹے ایک دوسری ٹھوکر اور مارتی ہے۔

جس طرح ہم ہتھوڑہ لوہے پر مارتے ہیں تو وہ خود بخود اٹھ کر لوہے پر ایک اور ٹھوکر لگاتا ہے، جو پہلی ٹھوکر سے کمزور ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے اس نبض کا نام ہتھوڑے کے نام سے موسوم ہوا ہے (ترجمہ)

نبض ذوالفقرہ :۔ (ٹھہرنے والی نبض) وہ نبض ہے کہ جس جگہ حرکت اور ٹھوکر کی امید اور توقع ہوتی ہے۔ وہاں نبض غیر معمولی طور پر رک جاتی ہے۔ مثلاً انگلیوں کے نیچے نبض تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد ترتیب وار حرکت کرتی ہوئی محسوس ہوا کرتی ہے۔ مگر اس خاص قسم میں یہ ترتیب بدل جاتی ہے۔ چنانچہ حرکت کے بجائے ایک لمحہ کے لئے نبض رک کر پھر چلنے لگتی ہے

نبض واقع فی الوسط :۔ (بیچ میں حرکت کرنے والی نبض) وہ نبض ہے کہ اس میں جہاں پر سکون کی امید اور توقع ہوتی ہے وہاں حرکت ہوجاتی ہے۔ یعنی نبض کی باقاعدگی اور ترتیب یہ ہے کہ حرکت کے بعد کسی قدر ٹھیرتی ہے۔ پھر حرکت کرتی ہے۔ یعنی دو حرکتوں کے درمیان سکون ہوتا ہے۔ مگر اس نبض واقع فی الوسط میں یہ ہوتا ہے کہ سکون کے وقت ایک غیر معمولی حرکت ہوجاتی ہے۔ اسی وجہ سے اس کا نام بیچ میں حرکت کرنے والی رکھا گیا ہے۔

فرق :۔ نبض مطرقی اور واقع فی الوسط میں فرق یہ ہے کہ مطرقی میں دوسری ٹھوکر پہلی ٹھوکر کے مکمل اور ختم ہونے سے پہلے ہوتی ہے اور واقع فی الوسط میں مکمل ہونے کے بعد۔

(بقیہ ۲۷) ۔۔۔ گھی ڈال کر اور تازہ ترکاری خصوصاً پالک، میوہ جات میں سے مالٹا، سنگترہ وغیرہ، رات کا کھانا بھی صبح کی طرح زود ہضم ہونا چاہئے۔ تازہ لیموں کا عرق دن میں تین بار پانی میں ڈال کر مریض کو پلائیں۔ عام طور پر مندرجہ ذیل غذاؤں کی اجازت ہے شوربہ، گوشت، مچھلی، انڈے، بالائی، مکھن، پنیر، گھی، پالک، گوبھی، آلو، اعتدال کے ساتھ استعمال کرائیں۔

ممنوعات :۔ تمام شیرینی اشیاء نشاستے دار غذائیں، ہر قسم کا چاول، ساگودانہ، جو کا آٹا اراروٹ، لوبیا، چقندر، تقریباً تمام میوہ جات، وغیرہ +

دق الاطفال یا سوکھا

(از جناب حکیم علی کوثر صاحب چاندپوری)

ہندوستان میں یہ مرض بکثرت پایا جاتا ہے، اور بے شمار بچے اس میں مبتلا ہو کر مرجاتے ہیں کم عمر بچوں میں اس کا حملہ نہایت خطرناک اور مہلک ثابت ہوتا ہے۔ ہندوستان کے بعض ایسے حصوں میں جہاں افلاس، غربت اور جہالت کی تاریکی زیادہ ہے۔ اوران وجوہ سے بچوں کی غذا، صفائی اور رکھ رکھاؤ کا معقول بندوبست نہیں ہوسکتا۔ ان میں سوکھے کی بیماری بلا مبالغہ ۲۵ فی صدی سے زائد بچوں کو ہوجاتی ہے۔ بعض خاندانوں میں تمام بچے اس نامُراد مرض میں مبتلا ہو کر راہی عدم ہوجاتے ہیں، اور گھر ہمیشہ بے چراغ ہی رہتا ہے۔ اکثر عورتوں میں کچھ ایسی جسمانی بیماریاں موجود ہوتی ہیں جن سے جنین پر بھی خراب اثر پڑتا ہے۔ اوران کی اولاد زیادہ عرصے تک زندہ نہیں رہتی۔ پیدا ہوتے ہی طرح طرح کی بیماریاں ان کو گھیر لیتی ہیں جن میں سب سے زیادہ عام اور مشہور یہی دق الاطفال ہے۔

تعریف دق کے لغوی معنی لاغری اور کمزوری کے ہیں بچے اس میں مبتلا ہو کر بتدریج سوکھتے جاتے ہیں۔ آخر میں وہ بالکل ہڈیوں کا ڈھانچ رہ جاتے ہیں۔ منہ بندر کے بچے کی طرح ہوجاتا ہے، کنپٹیاں بیٹھ جاتی ہیں، اسی بنا پر دق الاطفال کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ عام لوگ سوکھا اور مسان کہتے ہیں۔ یہ الفاظ بھی دق ہی کے مترادف ہیں۔

طب قدیم میں اس مرض کا کہیں مستقل تذکرہ نہیں ہے۔ اس لئے بعض حضرات کو یہ گمان ہوتا ہے کہ اطبائے قدیم اس مرض میں ناواقف تھے۔ حالانکہ اول تو خود مرض دق ہی ایک مستقل بیماری ہے جس کا نہایت بسیط تذکرہ کتب میں پایا جاتا ہے، اور چونکہ یہ شکایت کسی خاص عمر اور سن کے لئے مخصوص نہیں، اس لئے دق الاطفال بھی اس سے جدا نہیں ہوسکتی۔ آخر وہ بھی تو دق ہی ہے، جو بچوں کو عارض ہو کر انہیں خشک اور لاغر کر دیتی ہے۔ جس طرح بچوں کے نمونیا کو عوام ڈبہ یا پسلی چلنا کہتے ہیں اسی طرح بچوں کی دق کو دق الاطفال یا سوکھا سے نامزد کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ ایک اور مرض ہے، جس کو عطاش کہتے ہیں۔ اس میں بخار، پیاس اور دستوں کی شدت سے بچہ نڈھال اور لاغر ہوجاتا ہے۔ تالو بیٹھ جاتا ہے، جس قدر یہ بیماری مزمن ہوتی جاتی ہے لاغری اور نقاہت بڑھتی جاتی ہے، اور یہی دق الاطفال کی صورت اختیار کرلیتی ہے۔ لیکن بالآخر عطاش کو دق الاطفال نہیں کہا جاسکتا۔ البتہ

اس کا سبب کہا جا سکتا ہے جس طرح بڑے آدمیوں کی دق کے مختلف اسباب ہوتے ہیں ۔

دق الہرم یا دق الشیخوخت کا ذکر بھی قدیم کتابوں میں موجود ہے۔ اس میں مزاج پر خشکی، اور سردی غالب آجاتی ہے، اور مریض کا مزاج بوڑھوں کا سا ہوجاتا ہے، جلد پر جھریاں پڑجاتی ہیں۔ یہ سب علامات دق الاطفال میں بھی پائی جاتی ہیں۔ مگر دق شیخوخت میں بخار نہیں ہوتا۔ تاہم یہ بتایا گیا ہے کہ شاذونادر بچوں کو بھی دق الشیخوخت ہوجاتی ہے ۔

- جدید نقطۂ نظر سے دق الاطفال جس میں دستوں کی شکایت بھی ہوتی ہے۔ پیٹ کی سل (Intestinal Tu...) یا آنتوں کی سل۔ (Abdomial Tuberen Losis ... (Mesenteric...) میں داخل ہے۔ جب مادہ سل کے آنتوں میں سرایت کرجانے سے ان میں زخم پڑجاتے ہیں یا خراش ہوجاتی ہے، اور دست آنے لگتے ہیں۔ چنانچہ بچے کو دست آتے ہوں، پیٹ پھولا ہوا ہو، اور اس کے غدد جاذبہ بڑھے ہوئے ہوں، وہ برابر دبلا ہوتا جاتا ہو تو سمجھ لینا چاہئے کہ وہ سل بطنی یعنی دق الاطفال میں مبتلا ہے۔ اس قسم کے اسہال کا یونانی اطبا نے نہایت شرح وبسط سے تذکرہ کیا ہے۔ آنتوں میں پھنسیاں پیدا ہوجانے سے جو دست آتے ہیں، ان کا بیان بھی یونانی طب میں موجود ہے۔ بلکہ بقراط نے آج سے ۲ ہزار قبل یہ بھی بتا دیا تھا کہ جب سل کے مریض کو دست آنے لگتے ہیں تو اس کا بچنا ناممکن ہوجاتا ہے۔ اس قسم کے اسہال کو ذوبانی سے موسوم کیا گیا ہے اور آج بھی بقراط کی بیان کی ہوئی اس حقیقت کا بطلان نہیں کیا جا سکتا۔

جرمنی کے مشہور ومعروف ڈاکٹر کارخ جس نے ۱۸۸۲ء میں جرثومۂ سل کو دریافت کرکے دنیائے طب میں لازوال شہرت حاصل کی ہے لکھتا ہے کہ سل بقری کے جراثیم انسان کے جسم میں داخل ہوکر سل بطنی کا باعث ہوتے ہیں۔ اس قسم کی سل میں میسنٹرک گلینڈ یعنی غدد ماساریقی پر مرض کا اثر ہوتا ہے۔ جو بچے پرانے دستوں میں مبتلا ہوتے ہیں اور ان کے پیٹ میں نفخ اور تناؤ رہتا ہے۔ خفیف بخار بھی ہوتا ہے نیز وہ لاغر ہوجاتے ہیں اور اکثر سل بطنی کا شکار ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر کارخ نے سل بطنی کی جو کیفیت بیان کی ہے اس کو سدہ ماساریقا سے بہت مشابہت ہے جس کی تشریح طب کی کتابوں میں اسہال اطفال کی بحث میں موجود ہے۔ یہ بھی بتایا گیا ہے کہ غذا کی خرابی اور بے اعتدالی سے بچوں کو یہ شکایت زیادہ ہوتی ہے۔ ظاہر ہے کہ جب ماساریقا میں سدہ پڑجاتا ہے تو غذا معدہ سے جگر میں جذب نہیں ہوسکتی۔ کیونکہ غذا ان ہی باریک رگوں کے ذریعہ منجذب ہوتی ہے۔ جب یہ بند ہوجاتی ہیں تو اور کوئی ذریعہ انجذاب غذا کا باقی نہیں رہتا۔ لہٰذا وہ غذا جس کو جگر

غدود پہونچ کر جزو بدن ہونا چاہئے تھا، آنتوں میں چلی جاتی ہے، اور وہاں سے دستوں کی صورت میں دفع ہوجاتی ہے۔ جسم باقاعدہ غذا نہ پہونچنے سے لازمی طور پر سوکھتا جاتا ہے۔ پیٹ کا پھولنا بھی سدہ ماساریقا میں ضروری ہے۔ رہا بخار تو اس میں شک نہیں کہ ابتداءً نہیں ہوتا مگر عفونت پیدا ہوجانے پر ضرور ہوجاتا ہے۔ مرض کی شدت اور مریض کی لاغری کی رفتار کا انحصار ستے کے کامل اور ناقص ہونے پر ہے۔ ایسی صورت میں دستوں کا رنگ بالعموم کیلوسی ہوتا ہے مگر یہ بھی ناممکن ہے کہ غذا ماساریقا تک پہونچ کر واپس آئے۔ اس حالت میں دستوں کا رنگ سبز یا سبزی مائل ہوگا۔ دق الاطفال میں دستوں کا رنگ بدلتا رہتا ہے۔ ان تمام امور پر نظر ڈالتے ہوئے ہم آسانی کے ساتھ دق الاطفال کو سدہ ماساریقا خیال کرسکتے ہیں۔ ورنہ اس کا نتیجہ تو ضرور ہی سمجھا جا سکتا ہے۔ نتیجہ کے طور پر جو عوارض بعد کو رونما ہوجاتے ہیں مثلاً دستوں کی زیادتی سے آنتوں میں خراش، سوزش یا زخم، وہ بھی جُداگانہ اور مستقل بیماریاں ہیں۔ ان سب کی تفصیلات سے طب قدیم کی کتابیں بھری پڑی ہیں۔ بہرحال یہ سمجھنا کہ دق الاطفال کا ذکر اطبائے قدیم نے نہیں کیا، یا وہ اس مرض کی ماہیت، تعریف، اور عوارض سے بے خبر تھے کوتاہ اندیشی پر مبنی ہے۔

اسباب دق الاطفال کے اسباب بہت سے ہیں۔ لیکن سب سے بڑا سبب مسلول گائے کا کچا یا اتنا جوش کیا ہوا دودھ پینا ہے جو جراثیم سوزی کے لئے کافی نہ ہو۔ سپکے دودھ سے نکالے ہوئے مکھن اور کریم کا بھی یہی حال ہے۔ ایسی گائے کے دودھ پینے سے بچوں کی آنتیں اس مرض کو قبول کرلیتی ہیں۔ بچوں کے غدد جاذبہ بہت آسانی سے اس مرض کے جراثیم سے متاثر ہوجاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بچوں کو یہ شکایت زیادہ ہوتی ہے۔ والدین آتشک یا کسی اور خبیث بیماری میں مبتلا ہوں یا مرض سل ودق کا اثر ان کے جسم میں موجود ہو تو ان کی اولاد دق الاطفال کا نشانہ بن جاتی ہے۔ کمزور بچوں میں قوت مدافعت یعنی مناعت کم ہوتی ہے۔ اس لئے وہ تو بہت ہی آسانی سے دق کے جراثیم کو قبول کرلیتے ہیں۔

اب تک عام طور پر یہ خیال تھا کہ دق کی بیماری موروثی ہے یعنی ماں باپ سے منتقل ہو کر اولاد کو ہوجاتی ہے۔ لیکن تحقیقات جدیدہ سے ثابت ہوگیا ہے کہ نطفہ میں سل کے جراثیم نہیں پائے جاتے۔ البتہ بیضۂ انثیٰ (اووم) میں کبھی کبھی ان کا وجود پایا جاتا ہے۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ باپ کی طرف سے یہ مرض اولاد کو ورثہ میں نہیں ملتا، البتہ ماں کی طرف سے یہ میراث اولاد کو مل سکتی ہے۔ لیکن اطبائے جدید ابھی تک اس امر پر متفق نہیں کہ دق کی بیماری موروثی ہوتی ہے اور

والدین سے اولاد میں نطفہ کے ذریعہ سے اس کے جراثیم منتقل ہو جاتے ہیں۔ لیکن اس میں شک نہیں کہ مسلول والدین کی اولاد اس کے قبول کرنے کی زیادہ استعداد رکھتی ہے۔ چنانچہ تجربات اور مشاہدات سے ظاہر ہو چکا ہے کہ اگر کسی کے بائیں پھیپھڑے میں یہ بیماری ہوتی ہے تو اس کی اولاد کے بھی اس پھیپھڑے میں اس کا اثر ہوتا ہے مگر یہ انکشاف نیا نہیں ہے، اطبائے قدیم ہزارہا سال قبل اس حقیقت کو واشگاف کر چکے ہیں کہ ماں باپ کا جو عضو کمزور ہوتا ہے، اکثر وہی اولاد کا بھی ضعیف ہوتا ہے۔

دق الاطفال کے اسباب میں خاص طور پر مسلول گائے کا دودھ اور مکھن کو زیادہ اہمیت دی گئی ہے۔ اور یہ بات بھی پایہ ثبوت کو پہونچ گئی ہے کہ جانوروں میں گائے کو دق وسل کی بیماری زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ انگلستان جیسے ملک میں جہاں یہ نامراد مرض بہ نسبت ہندوستان کے کم ہوتا ہے، یہ اندازہ لگایا گیا ہے کہ دودھ، مکھن اور پنیر فراہم کرنے والے کارخانوں میں ۲۵ فی صدی گائیں اس مرض میں مبتلا ہوتی ہیں۔ ہندوستان میں دق کے اسباب انگلستان کے مقابلے میں زیادہ پائے جاتے ہیں۔ یہ ایک غریب، مفلس اور غیر تعلیم یافتہ ملک ہے۔ یہاں کے تمام باشندے غذا، لباس، اور صفائی میں وہ اہتمام نہیں کر سکتے جو دوسرے متمدن اور مرفہ الحال ممالک کے باشندے کر سکتے ہیں۔ فاقہ اور بھوک کی وجہ سے ویسے بھی یہاں کے ۷۵ فی صدی آبادی ہر وقت دق کے منہ میں رہتی ہے۔ بھوک اور غذا کی خرابیوں سے ان کی قوت مدافعت نہایت کمزور ہوتی ہے اور ہر وقت یہ اندیشہ لگا رہتا ہے کہ نہ معلوم کس وقت کسی مریض کے سانس یا بلغم سے دق کے جراثیم ان کے جسم میں پہونچ جائیں، اور ان کی قوتِ مدافعت بغیر لڑے بھڑے ہی ہتھیار ڈال کر اطاعت قبول کرلے۔ پھر جب انسانوں کی یہ کیفیت ہو تو جانوروں کا کیا ذکر ہے۔ یقیناً یہاں مریض گاؤں کی تعداد بہت زیادہ ہوگی۔

بعض لوگ دق الاطفال کو دق الہرم خیال کرتے ہیں، اور اس کا سبب زیادہ تر سرد دواؤں کا استعمال، یا سرد اخلاط سے سرد بخارات کا پیدا ہو کر قلب کی طرف چڑھنا، اور اس کے مزاج کو بدل دینا ہے۔ لیکن دق شیخوخت میں بخار نہیں ہوتا۔ اور اس اعتبار سے یہ امر کہ دق الاطفال دقِ شیخوخت ہے کچھ زیادہ قابلِ التفات نہیں۔

بعض اطباء اس کو عطاش کا نتیجہ خیال کرتے ہیں۔ بہرحال ان اسباب کے ساتھ جگر، معدہ، اور آنتوں کی کوئی خرابی، غذا کا فتور، یا نقصان، بچے کا کثیف اور میلا رہنا، تنگ و تاریک نیز نمناک مکانات میں سکونت رکھنا۔ اور بچے کا عرصہ تک کسی بیماری میں مبتلا رہنا بھی دق الاطفال کا سبب

قرار دیا جا سکتا ہے، ورنہ ان امور کو اس مرض کے اسباب مویدہ میں تو ضرور ہی داخل کیا جائے گا۔

دق الاطفال کی پیدائش کے اسباب پر نظر ڈالنے کے دوران میں وظائف اعضاء کو کسی طرح نظر انداز نہیں کیا سکتا۔ آلات ہضم میں کسی قسم کی خرابی پیدا ہو جانے سے ہضم خراب ہو جاتا ہے، اور غذا جزو بدن نہیں ہوتی۔

ایک سال سے کم عمر کے بچوں میں دق الاطفال کے اسباب میں خرابی اور ناموافق غذا، ابکائی قے جو معدے کی سوزش کا نشان ہے، پرانے دست جو آنتوں کے ورم کی علامت ہیں، موروثی امراض مثلاً آتشک اور دق کو بھی کافی اہمیت حاصل ہے۔ غذا کی خرابی سے معدہ اور آنتوں کی غشائے مخاطی میں ورم اور سوزش کی شکایت ہو جاتی ہے جس کے نتیجے میں قے اور دست آنے لگتے ہیں۔ لیکن اس صورت میں قے اور دست بھی نہ آئیں تو محض غذا کی خرابی ہی اس مرض میں مبتلا کر دینے کے لئے کافی ہے۔ معدہ اور آنتوں کی اندرونی جھلی میں سوزش ہو جانے پر اگر بچے کی غذا میں اہتمام سے کام لیا جائے اور زیادہ غذا دی جائے تو وہ بھی بہت کم جزو بدن ہوتی ہے جس کا لازمی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ کافی غذا ملنے کے باوجود بچہ روز بروز دبلا ہوتا جاتا ہے۔ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ بچوں کو غذا اچھی دی جاتی ہے لیکن پھر بھی وہ دبلے اور کمزور ہوتے جاتے ہیں۔ ایسی صورت میں ان کی لاغری معدہ اور آنتوں کی سوزش کے باعث ہوتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کی غشائے مخاطی میں سوزش پیدا ہو جانے سے بلغمی لیکن رطوبات زیادہ رستی ہیں جو غذا میں شامل ہو کر اس میں تخمیری کیفیت پیدا کر کے اسے خراب کر دیتی ہیں اور اس کے ایسے اجزاء جو نشو و نما اور پرورش کے ضامن ہوتے ہیں کم یا بالکل ضائع ہو جاتے ہیں، اس وقت عام طور پر یہ خیال کر لیا جاتا ہے کہ بچے کو ماں کا دودھ موافق نہیں آیا۔ اس لئے ماں کا دودھ چھڑا کر گائے کا دودھ شروع کرا دیا جاتا ہے لیکن اصل سبب یعنی معدہ اور آنتوں کی سوزش کی موجودگی میں وہ بھی جزو بدن نہیں بنتا، اور بچہ نحیف و زار ہو کر مر جاتا ہے۔

مرض کساح یعنی اعوجاج عظام (رکٹس Rickets) بھی دق الاطفال کا سبب بن جاتا ہے۔ اس کا راز بھی وہی آلات ہضم کی سوزش ہے۔ جس وجہ سے ہضم خراب ہو جاتا ہے اور پیٹ پھولا رہتا ہے۔

اس کے علاوہ اور دوسری بیماریاں جو پانچ چھ سال کی عمر میں لاحق ہو سکتی ہیں، تغذیہ جسمانی میں خلل انداز ہو کر سوکھے کا باعث بن جاتی ہیں۔ ان بیماریوں میں سل ریوی، دل کی بیماریاں جو وجع مفاصل کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ نیز ذیابیطس داخل ہیں۔

جس وقت بچہ ماں کا دودھ چھوڑ کر دوسری غذائیں کھانے لگتا ہے تو پیٹ میں مختلف قسم کے کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں جو ہضم کو تباہ کر کے بچے کی کمزوری ولاغری کا باعث ہوتے ہیں۔

علامات غذا اچھی طرح سے ہضم اور جذب نہ ہونے سے بچہ روز بروز دبلا ہوتا جاتا ہے، دست آتے ہیں، اور رات کے وقت خفیف بخار بھی ہو جاتا ہے، پیٹ پھولا اور تنا رہتا ہے پیٹ کے غدد جاذبہ بڑھ جاتے ہیں جو چھونے اور دبانے سے محسوس ہو سکتے ہیں، بچے کی جسلد پر شکنیں اور جھریاں پڑ جاتی ہیں، تمام عضلات گھل جاتے ہیں۔ گوشت کے تحلیل ہو جانے سے ہڈیوں پر صرف چمڑے کا باریک سا غلاف رہ جاتا ہے، چہرہ سوکھ جاتا ہے، منہ پر مردنی چھا جاتی ہے، غذا ہضم نہیں ہوتی، دست آتے ہیں، لیکن کبھی قبض بھی ہو جاتا ہے۔ زکام کھانسی کی شکایت بھی رہتی ہے بدن پر پھنسیاں اور پھوڑے نکلتے ہیں، سامنے کے دانت چھوٹے اور گرہ دار ہو جاتے ہیں، پھر دانت بوسیدہ ہو جاتے ہیں اور مسوڑوں میں زخم پڑ جاتے ہیں۔

تشخیص اس مرض کی تشخیص زیادہ دشوار نہیں ہے۔ البتہ شروع میں جب بچے کی آنتوں وغیرہ میں سوزش ہو کر ایک دم سے دست آنے لگتے ہیں تو اس کا پہچاننا دشوار ہو جاتا ہے کبھی تو آنتوں کے دست سمجھ لئے جاتے ہیں کبھی محض معدے کی خرابی تجویز کی جاتی ہے۔ جب کم عمر بچوں کو دست آنے شروع ہوں تو ان کے پیٹ اور آنتوں کو بہت غور سے دیکھ کر غدد جاذبہ کے ورم کو محسوس کرنا چاہیئے۔ اگر آنتوں میں خراش یا غدد جاذبہ میں ورم پایا جائے، بدہضمی ہو، اور بچہ برابر دبلا ہوتا جاتا ہو تو دق الاطفال کا شبہ کرنا چاہیئے۔ جب مرض ترقی پذیر ہو جاتا ہے تو اس کی تشخیص مشکل نہیں ہوتی۔

انجام بچوں میں یہ مرض اکثر خطرناک اور مہلک ثابت ہوتا ہے، تاہم باقاعدہ علاج کیا جائے تو صحت یاب ہو جانا مشکل نہیں ہوتا۔ لیکن اسی حالت میں آغاز مرض ہی میں علاج کر لیا جائے۔

حفظ ما تقدم بچوں میں پیٹ کی سل یعنی دق الاطفال زیادہ تر مسلول گائے کا دودھ پینے سے ہوا کرتی ہے، اس لئے گائے کا دودھ خصوصاً بیمار گائے کے دودھ نیز گائے کے کچے دودھ سے نکلے ہوئے مکھن سے بچوں کو بالکل بچانا چاہیئے۔ ہمارے ملک میں عام طور پر یہ دستور ہے کہ بچوں کو ماؤں کا دودھ ہضم اور موافق نہیں، یا ماں کے دودھ کم ہوتا ہے تو انہیں گائے کا دودھ پانی ملا کر دینا شروع کر دیا جاتا ہے۔ حالانکہ گائے کے دودھ کے نقصانات محض

پانی ملا کر دینے سے کم نہیں ہوا کرتے۔ اس قسم کا دودھ بچوں کے لئے موزوں نہیں ہے۔ اور ماں کو کمزور کر دیتا ہے۔ گائے کے دودھ میں کیزین (جبن) کی وجہ سے جو پھٹکیاں پڑتی ہیں وہ ماں کے مقابلے میں زیادہ دیر ہضم اور ثقیل ہوتی ہیں۔ اسی بنا پر جب تک گائے کے دودھ میں کوئی ہضم کرنے والی چیز مثلاً لائم واٹر (چونے کا پانی) وغیرہ نہ ملا لیا جائے بچوں کو اس کا پلانا مناسب نہیں اور یہ خیال بالکل جہالت پر مبنی ہے کہ محض پانی ملا کر پتلا کر لینے سے وہ ہلکا اور بچوں کے لئے قابل ہضم ہو جاتا ہے۔

بچوں کو صاف ستھرے اور ہوادار مکانات میں رکھنا چاہئے۔ ماں کے دودھ میں کوئی خرابی ہو تو اس کی فوراً اصلاح کر دینی چاہئے، مسلول عورت یا ماں کا دودھ ہرگز نہ پلانا چاہئے بلکہ ایسی صورت میں کسی اور تندرست عورت یا گائے بکری اور گدھی کا دودھ اس کی اصلاح کر کے دینا چاہئے ایسے بچوں کو گدھی کا دودھ بہت مفید ہے۔

گائے کا کچا دودھ ہرگز نہ دینا چاہئے بلکہ اسے خوب جوش دے کر دینا چاہئے۔ مسلول والدین کے بچوں کی بہت زیادہ حفاظت کرنی چاہئے۔ ان کی صحت اور پرورش کا ہر وقت خیال رکھنا چاہئے، کھلی اور صاف ہوا میں بچوں کو کھلانا چاہئے، ایسا تنگ لباس جس سے سینے پر دباؤ پڑتا ہو کبھی نہ پہنانا چاہئے۔ اگر اس قسم کا بچہ زکام، کھانسی، خاص طور پر کالی کھانسی یا خسرہ میں مبتلا ہو جائے تو نہایت احتیاط سے اس کا علاج کرنا چاہئے۔ بچہ روز بروز دبلا ہوتا جاتا ہو تو اس کا باقاعدہ معائنہ کرا کر علاج کرنا چاہئے۔ غذا لطیف، مقوی، زود ہضم دینی چاہئے۔

اوپری دودھ کی اصلاح

حفظ ماتقدم کے سلسلہ میں دودھ اور اس کی اصلاح کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ اوپر کا دودھ بہت زیادہ مفید بھی ہو سکتا ہے بشرطیکہ بہت زیادہ احتیاط، صفائی اور قاعدے سے دیا جائے۔ اور سخت مہلک بھی ہو سکتا ہے جب کہ ان امور کو مدنظر نہ رکھا جائے۔

اکثر اوقات چھوٹے بچوں کو اوپر کا دودھ دینا بہت ضروری ہوتا ہے خصوصاً ایسی حالت میں جب کہ ماں پر پہلے سے مرض سل کا اثر ہو، یا اور کوئی سوداوی یا متعدی بیماری ہو جس سے بچہ کی صحت پر برا اثر پڑنے کا احتمال ہو، یا ماں کے دودھ ہی نہ ہو۔ لیکن اوپر کا دودھ جہاں بچوں کی جان بچانے کے لئے ضروری ہے وہاں ان کو خطرناک بیماریوں میں مبتلا کر دینے کا بھی سبب ہے۔ ذرا سی بے احتیاطی میں بچے کی جان خطرے میں پڑ جاتی ہے۔

ویسے تو مختلف قسم کے مصنوعی دودھ بازاروں میں فروخت ہوتے ہیں لیکن غریب اور

نادار لوگ ان سے فائدہ نہیں اٹھا سکتے۔ ان کے لئے سب سے سستا دودھ گائے اور بکری کا ہے جسے وہ آسانی سے بہت کم خرچ میں حاصل کر سکتے ہیں لیکن جن بچوں کی پرورش کا دارومدار گائے کے دودھ پر ہوتا ہے، ان میں سے اکثر سل میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ انگلستان کی وزارت صحت عامہ نے اعداد و شمار مہیا کر کے اندازہ لگایا ہے کہ بڑے شہروں میں جو دودھ فروخت ہوتا ہے، اس کے ۷ فی صدی میں جراثیم سل پائے جاتے ہیں۔ جب یہ دودھ بچوں کی غذا میں استعمال ہوتا ہے تو وہ آنتوں کی سل کا شکار ہو جاتے ہیں۔ گائے کے متعلق اب یہ باور کرنے میں کوئی شبہ نہیں رہا کہ وہ آسانی سے سل میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ ہندوستان کے بازاروں میں جو دودھ بکتا ہے وہ بالکل ناقابل اعتبار ہوتا ہے۔ بلکہ انگلستان میں بھی جہاں بہت زیادہ نگرانی اور دیکھ بھال کی جاتی ہے، قابلِ اعتبار دودھ کا میسر آنا مشکل ہے۔

گائے کے دودھ کو قابل استعمال بنانے کا صرف ایک طریقہ ہے جسے جراثیم سوزی (پاسٹیو ایزیشن) کہتے ہیں۔ اس میں گرمی پہونچا کر دودھ کے تمام مضر جراثیم کو ہلاک کر دیا جاتا ہے لیکن یورپ کے بعض ڈاکٹر اس طریقے پر اعتراض کرتے ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ جراثیم آلودہ دودھ کو مسلسل پینے سے بچوں کے جسم میں مرض سل کا مقابلہ کرنے کی ایک قوت (مناعت) پیدا ہو جاتی ہے جو دودھ کو جراثیم سے پاک کر دینے کی حالت میں باقی نہیں رہتی۔ یعنی بچے اس مناعت سے محروم ہو جاتے ہیں جو جراثیم آلودہ دودھ پینے سے قدرتاً ان کے جسم میں مرض سل کے خلاف پیدا ہو جاتی ہے۔ مگر اس کا یہ جواب دیا جاتا ہے کہ دودھ کو پکانے سے جراثیم تو ضرور باقی نہیں رہتے مگر سل کے جراثیم کا زہر (ٹاکسین) اس میں موجود ہوتا ہے جو یہی کام کرتا ہے اور اس کے استعمال سے مناعت پیدا ہوتی رہتی ہے۔

ایک اچھی صورت یہ بھی ہے کہ بچوں کو گائے کا دودھ بالکل نہ دیا جائے، اور اس کی جگہ بکری کے دودھ سے ان کی پرورش کی جائے جو اس نوع کے خطرات سے بالکل پاک ہوتا ہے۔ اور جرمن اور فرانس میں متعدد تجربات کے بعد یہ طے کر دیا گیا ہے کہ بکری کو سل کی بیماری نہیں ہوتی۔ اور اگر شاذ و نادر ہوتی بھی ہے تو وہ کسی شمار و قطار میں نہیں اور نہ ہونے کے برابر ہے۔ بہر حال جب تک ماں کا دودھ میسر آسکے اور کوئی دودھ دینا بچوں کی صحت کو خطرے میں ڈالنا ہے۔ مجبوری کے وقت البتہ گائے کا دودھ دینا لازمی ہو جاتا ہے۔ مگر گائے کے دودھ کے مقابلے میں بکری کا دودھ بہتر ہے۔

عورت اور گائے کے دودھ کا فرق

اجزائے ترکیبی کے لحاظ سے ماں اور گائے کے دودھ میں بہت زیادہ فرق ہے۔ عورت کے دودھ میں ۷ فی صدی شکر ہوتی ہے اور گائے کے دودھ میں ۴ فی صدی۔ اس کے برعکس گائے کے دودھ میں ۵ فی صدی پنیر کے اجزا ہوتے ہیں اور عورت کے دودھ میں ۳ فی صدی۔ عورت کے دودھ میں زلال لبنی زیادہ ہوتا ہے جو بہت جلد ہضم ہو جاتا ہے۔ نیز اس میں کیزین (جبن) بہت کم ہوتا ہے۔ اور جس قدر ہوتا ہے وہ معدے میں جمتا نہیں۔ گائے کے میں کیزین زیادہ ہوتا ہے اور زلال لبنی بہت کم۔ چنانچہ گائے کا دودھ معدے میں پہونچ کر دہی کی طرح جم جاتا ہے۔ گائے کے دودھ کا وزن مخصوص ۱۰۲۸ سے ۱۰۴۶ تک ہوتا ہے۔

دودھ کی اصلاح

بہرحال گائے اور عورت کے دودھ میں کافی فرق ہوتا ہے۔ اس لئے اگر گائے کا دودھ دینا ضروری ہو تو اس میں تصرف کر لینا چاہئے جس سے اس کے نقصانات کی اصلاح ہو جائے۔ گائے کے دودھ میں تبدیلی کرنے کا طریقہ تو یہ ہے کہ بچے کی عمر کے لحاظ سے اس میں پانی شامل کر لیا جائے۔ اس طریقے سے گائے کے دودھ سے جُبن اور اجزائے لحمیہ کم ہو جاتے ہیں، اور وہ بچے کے پیٹ میں جمتا نہیں۔ مگر خرابی یہ ہے کہ اس ترکیب سے اجزائے شکری اور دہنیت کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ اس کمی کو پورا کرنے کے لئے دودھ میں شکر اور بالائی ملانے کی ضرورت پڑتی ہے۔ عام طور پر شکر یا مصری سے میٹھا کر کے دودھ دیا جاتا ہے لیکن اس مقصد کے لئے شکر لبنی (شوگر آف ملک) زیادہ بہتر ہے۔ بالائی عمدہ دستیاب نہ ہو تو یہ زیادہ بہتر ہے کہ دودھ دینے کے کچھ دیر بعد روغن زرد یا روغن ماہی (کاڈلیور آئل) دیا جائے۔ پانی کی جگہ دودھ میں آشِ جَو یا سوڈا سائٹریٹ اور تھوڑا سا پانی ملایا جاتا ہے۔ اس سے دودھ معدے میں جمنے نہیں پاتا۔ گائے کے دودھ کی اصلاح کا ایک اچھا طریقہ چونے کا پانی (لائم واٹر) ملانا بھی ہے۔ جس وقت بچہ کو دودھ دیا جائے تو اس میں چند قطرے چونے کا پانی شامل کر لینا چاہئے۔

علاج

آلاتِ ہضم کو قوت پہونچائیں۔ معدے اور آنتوں میں سوزش اور غدد ماساریقا میں کوئی خرابی پائی جائے تو اس کی اصلاح بھی ضروری ہے۔

اگر بچے کی ماں کے جسم میں آتشکی مادہ ہو تو اس کو خون صاف کرنے والی ادویات استعمال کرائیں تاکہ بچہ ان مہلک اثرات سے محفوظ رہے۔ یا دودھ چھڑا دیں۔

مجرّبات

(ازجناب حکیم ابوالفقر محمد شمس الحق خان صاحب)

(۱) اکسیر خارش

روغن داؤدار	۱۰ تولے
گیرو	ایک تولے
گندھک	ایک تولے

ملاکر تمام بدن پر لگائیں۔ اور نیم کے صابون سے غسل کریں۔ خارش کا کامیاب علاج ہے۔

(۲) اکسیر سوزاک

بیس بیس تیس تیس سال کے سوزاک کے لئے بے حد مفید ہے۔ ایک ہفتہ کے استعمال سے پرانے سے پرانا سوزاک نیست ونابود ہوجاتا ہے۔

سلاجیت کا ست	ست لوبان
ست گلو	بہروزہ
الائچی خورد	طباشیر
کتھ سفید	زیرہ سفید
کشتۂ مرجان	کشتۂ قلعی
خشت چاہ کہنہ	

تمام ادویہ مساوی الوزن لیں اور کھرل کرلیں، ۳ ماشے صبح اور ۳ ماشے شام کو دیں۔

(۳) اکسیر آتشک

یہ نسخہ ہمارے دواخانے میں ۳۰ سال سے نہایت کامیابی کے ساتھ استعمال ہو رہا ہے۔ پرانے سے پرانے متعدی اور لاعلاج آتشک کا حکمی نسخہ ہے

الائچی	۹ ماشے
سفید کتھ	۹ ماشے
آب لیموں	عدد

میں کھرل کرکے جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنائیں اور حفاظت سے رکھیں۔ ایک گولی آم کے اچار کے ساتھ کھاکر اوپر سے دودھ پی لیں۔ اکثر اس کے استعمال سے منہ آجاتا ہے اگر منہ آجائے تو گھی سے غرغرہ کریں۔

(ازجناب حکیم سید محمد اسد علی صاحب آنریری مجسٹریٹ جودھپور)

(۴) سفوف اکسیر باہ

مغز پنبہ دانہ	۲۰ تولے
ثعلب	ایک تولے
لونگ سالم	ایک تولے
دارچینی	ایک تولے
گوکھرو	ایک تولے
سمندر سوکھ	ایک تولے
طباشیر	ایک تولے
ستاور	۲ تولے
موصلی سیاہ	۲ تولے
تخم کونچ	۲ تولے

تال مکھانہ	۲ تولے
بہیبند	۲ تولے
کرکس	۲ تولے
موچرس	۲ تولے
کشتہ فولاد	۲ تولے
ست سلاجیت اصل	۲ تولے
نبات سفید	سب دواؤں کے برابر

ملا کر سفوف بنائیں۔ صبح کو ۶ ماشے سے ۲ تولے تک حلوہ بادام یا دودھ کے ساتھ کھائیں۔ جریان سیلان اور بول و کمزوری مثانہ و گردے کو دور کرتا ہے اور مقوی باہ ہے۔

(۵) اکسیر کالی کھانسی

ہر قسم کی کھانسی خصوصاً دن کھانسی خواہ کسی درجہ میں ہو اور کسی عمر والے کو ہو ایک دو خوراک سے ہی رفع ہوجاتی ہے۔

گندھک آملہ سار مصفیٰ	۳ ماشے
ست لوبان	۳ ماشے
سہاگہ بریاں	۳ ماشے
فل فل دراز بریاں	۳ ماشے
خاکستر بلیلہ مع تخم	۳ ماشے
خاکستر عناب مع تخم	۳ ماشے
افیون سوختہ	۳ ماشے
کاکڑا سنگی	۳ ماشے
نمک سنگ	۳ ماشے
خاکستر برگ تنبول	۳ ماشے

رب السوس	۲۰ تولے

سب کو پیس کر پانی کی مدد سے ماش کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی سے ۴ گولی تک عمر کے مطابق گنگنے پانی سے صبح و شام کھلائیں۔

(از جناب حکیم اکبر حسین صاحب الہ آبادی)

(۶) معجون مجدد شباب

مغز نارجیل	ایک تولے
مغز پستہ	ایک تولے
مغز بادام شیریں	ایک تولے
مغز چلغوزہ	ایک تولے
چرونجی	ایک تولے
مغز فندق	ایک تولے
کشتہ فولاد جامنی	ایک تولے
مغز اخروٹ	۱۰ تولے
تل سفید مقشر	۱۰ تولے
بلادر مدبر کلاہ دور کردہ	½ تولے
برگ بھنگرہ سیاہ روغن بادام میں چرب کیا ہوا	۲ تولے

دواؤں کا سفوف بنائیں اور

شہد مصفیٰ	۲ گنے

میں شامل کرکے معجون بنائیں۔ مرتبان میں رکھ کر ۴۰ دن بعد ایک ایک ماشے سے ۳ ماشے تک صبح ہی صبح دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ یہ معجون بے حد مقوی باہ ہے اور اگر اس کو عرصے تک استعمال کیا جائے تو باقی تمام عمر

کمزوریٔ باہ کی شکایت نہیں ہوتی۔ اگر سات آٹھ مہینے مسلسل استعمال کی جائے تو میں یقین دلاتا ہوں کہ بال از سر نو سیاہ ہو جاتے ہیں کسی قسم کے نقصان کا ذرہ برابر اندیشہ نہیں ہے۔

(۷) ترکیب کشتۂ فولاد جامنی

۳ تولے اصلی فولاد کو برادہ کرکے ۳ دن آب جامن میں کھرل کریں۔ اس کے بعد چھوٹے قرص بنالیں اور کوزے میں رکھ کر گل حکمت کریں خشک ہونے کے بعد محفوظ مقام پر ۲۰ سیر اوپلوں کی آنچ دیں، اسی طرح اکیس آنچیں آب جامن میں کھرل کرکے دیں۔ اس ترکیب سے فولاد کا بہترین کشتہ تیار ہوگا جو مرض ذیابیطس کے لئے بھی اکسیر اعظم ہے +

(از جناب حکیم مولوی سید مقبول شاہ صاحب وارثی)

(۸) اکسیر جریان

جریان، احتلام اور سرعت انزال کو دور کرکے باہ کو بڑھاتا ہے۔ دائمی قبض کو دور کرتا ہے مشتہی اور مبہی ہے، غذا کو جزو بدن بناتا ہے، عمدہ خون بہت زیادہ پیدا کرتا ہے اور چہرے کو نکھارتا ہے

بھوسی اسپغول	۰۲ تولے
ست بہروزہ	۰۲ تولے
رال	۰۱ تولے
مصطگی	۰۱ تولے
طباشیر کبود	۶ ماشے
پوست ہلیلہ	۶ ماشے
ست سلاجیت	ایک تولے
دانہ الائچی خورد	۶ ماشے
کشتۂ قلعی	۶ ماشے
کشتۂ مرجان	۶ ماشے
کشتۂ پوست بیضۂ مرغ	۶ ماشے
ورق نقرہ	۳ ماشے
نبات سفید	ہم وزن ادویہ

سفوف بنا کر تین تین ماشے صبح اور شام دودھ کے ساتھ پھانکیں +

(از جناب حکیم سوکھ راج صاحب۔ بیٹ لائے گلی)

(۹) حبوب ہاضم

پوست ہڑ	۰۳ تولے
پوست بہیڑہ	۰۳ تولے
آملہ	۰۳ تولے
سونف	۰۳ تولے
دانہ الائچی کلاں	۰۳ تولے
دانہ الائچی خورد	۰۳ تولے
سونٹھ	۰۳ تولے
مرچ سیاہ	۰۳ تولے
فلفل دراز	۰۳ تولے
دار چینی	۰۳ تولے
پودینہ	۰۳ تولے
باؤبڑنگ	۰۳ تولے
زیرہ سیاہ	۰۳ تولے

شعیطرج ۰۲ تولے
نمک لاہوری ۵ تولے
اجوائن دیسی ۰۲ تولے
اجوائن خراسانی ۰۲ تولے
غنچۂ مدار ۲ تولے

سب کو باریک پیس کر گھیکوار کے گودے کے ساتھ کھرل کر کے چنے برابر گولیاں تیار کریں اور سائے میں خشک کر کے محفوظ رکھیں۔ ۲سے ۴ گولیوں تک گنگنے پانی یا عرق سونف کے ساتھ استعمال کرائیں۔ فوائد:۔ پیٹ کے درد کی بے خطا دوا ہے۔ پرانی بدہضمی بھی اس سے رفع ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ نفخ، قراقر شکم، کمی بھوک، دوران سر اور کھٹی ڈکاروں کے لئے بہت مفید ثابت ہوا ہے +

(از جناب حکیم حق نواز صاحب تونسوی)

(۱۰) تریاق درد

یہ دوا ہر قسم کے بلغمی دردوں کے لئے تریاق کا حکم رکھتی ہے۔

سوڈا سیلی سلاس ۲ ڈرام
سورنجان شیریں ۳ ماشے
مال کنگنی ۳ ماشے
اسگندھ ۳ ماشے
پیپلامول ۳ ماشے

سب کو نہایت باریک پیس کر ۱۲ پڑیاں بنائیں صبح و شام کو ایک ایک پڑیا پانی کے ساتھ مریض کو کھلائیں +

---

(۱۱) مہاسہ پاؤڈر

سوڈا بائی کارب ایک تولے
بادام مقشر ۵ تولے
نشاستہ ۴ تولے
کوڑی ۴ رتی
گل سرخ ۴ تولے
گلیسرین سوپ ۴ تولے

سب کو باریک کر کے سفوف بنا لیں۔ منہ دھو کر چہرے پر ملیں، پھر ایک گھنٹہ بعد صابون سے دھو ڈالیں۔ مہاسوں کو دور کرتا ہے رنگت کو نکھارتا ہے

(۱۲) پچکاری برائے سوزاک

رسوت ۲ ماشے
پھٹکری بریاں ۱۰ ماشے
توتیائے سبز ۱۰ ماشے
کتھہ سفید ۳ ماشے

باریک کر کے گرم پانی میں حل کر کے استعمال کریں۔

(۱۳) کان کے درد کے لئے

رسوت ۳ ماشے
عورت کے دودھ ۱۰ تولے

میں حل کر کے رکھ لیں، اور کان میں ٹپکائیں کان کے درد کے لئے مفید ہے +

ذیابطیس

(از جناب حکیم قمرالدین صاحب خالد شیش محل پارک لاہور)

اس کو اردو زبان اور طب میں ذیابطیس سادہ اور ذیابطیس شکری، ڈاکٹری میں ڈایا بیٹیز میلیٹس کے نام سے یاد کرتے ہیں۔

یونانی میں ڈایا بیٹیز "دولابے" کو کہتے ہیں جسے اردو میں "رہٹ" یا "چرخی" بھی کہا جاتا ہے۔ زمانۂ قدیم میں باشندگان اسکندریہ کا دستور تھا کہ وہ پانی حوضوں میں بھر کر اس میں رہٹ لگا دیتے تھے جس سے پانی نکل کر پھر اسی میں گرتا رہتا تھا۔ چونکہ اس مرض میں بھی شدید پیاس کی وجہ سے پانی کا لوٹ پھیر ہوتا ہے، اس لئے اس کو ذیابطیس کہتے ہیں۔ اس مرض کو پرکاریہ بھی کہتے ہیں۔ اس کا مفہوم بھی یہی ہے یعنی پانی دور میں رہتا ہے۔

اس مرض کی نسبت مشروب اور اعضائے بول کے ساتھ وہی ہوتی ہے جو مرض ذلق الامعا اور ذلق المعدہ کی نسبت غذا کے ساتھ ہوتی ہے۔ یعنی جس طرح غذا مرض ذلق الامعا میں پھسل کر بلا تغیر و تبدل خارج ہو جاتی ہے، اسی طرح مرض ذیابطیس میں مشروب پانی اپنی اصلی حالت پر ہی خارج ہو جاتا ہے۔

ذیابطیس حار میں گردوں میں سخت گرم سوء مزاج پیدا ہو جاتا ہے، جس کی وجہ سے گردے برداشت سے زیادہ پانی جگر سے جذب کر لیتے ہیں، تاکہ اپنی سوزش اور گرمی کو بجھائیں۔ پھر کمزوری کے باعث اور گردوں کی رگوں کے منہ کشادہ ہو جانے کی وجہ سے گردے اس پانی کو خارج کر دیتے ہیں۔ ضعف اور رگوں کی کشادگی ان کے گرم سوء مزاج سے پیدا ہوتی ہے۔ جس کا کام انہیں ڈھیلا کرنا ہے۔ گردے پانی کو اس وجہ سے بھی دفع کر دیتے ہیں کہ وہ جذب شدہ پانی سے بھر جاتے ہیں، اور ان کی قوت ماسکہ اسے روکنے پر قادر نہیں ہوتی۔ بس قوت دافعہ اپنے کام کے لئے حرکت کرتی ہے، اور اسے دفع کر دیتی ہے یا جب گردوں میں بوجھ ہوتا ہے اور تمام قوتیں عام طور پر ضعیف ہو جاتی ہیں تو ساری قوتیں اس پانی کو چھوڑ دیتی ہیں، اور یہ خود بخود خارج ہو جاتا ہے۔

ذیابطیس بارد:۔ بعض لوگوں کا خیال ہے کہ ذیابطیس بارد کبھی کبھی تمام بدن علی الخصوص گردوں کی سردی سے بھی رونما ہو جاتا ہے۔ یہ سردی سخت سرد پانی پینے سے یا سخت سردی

لگ جانے سے پیدا ہوتی ہے۔ جس کی وجہ سے گردوں کی قوتِ ماسکہ پانی کو روکنے سے کمزور ہو جاتی ہے۔

ذیابیطس معوی یا غذائی :۔ غذا میں شکری اجزا کی زیادتی اور آنتوں کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے۔

ذیابیطس کبدی :۔ جو جگر کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے۔

ذیابیطس کلوی یا مثانی :۔ جو گردے و مثانے کی خرابیوں سے پیدا ہوتا ہے۔

ذیابیطس عصبی :۔ جو نظام عصبی کی خرابی سے رونما ہوتا ہے۔

ذیابیطس غدی و بانقراسی :۔ جو غدہ نخامیہ کلاہ گردہ وغیرہ سے بالی گلینڈوں اور بالخصوص بانقراس کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔

جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے۔ اس مرض کا باعث یا تو گردوں کا سوء مزاج گرم اور نظام عصبی کی معمولی خرابی ہوتی ہے، جس سے ذیابیطس سادہ رونما ہوتا ہے۔ یا غذا میں شکری اور چربیلے اجزا کی اس قدر کثرت ہو جاتی ہے کہ جسم اس کو اپنی ضروریات سے فاضل سمجھ کر براہِ بول خارج کر دیتا ہے۔ اسی طرح کثرتِ شراب نوشی (بالخصوص فربہ اشخاص میں) بعض قسم کی زہریلی ادویہ (مثلاً جوہر افیون، پروسک ایسڈ، پارہ، جوہر کلاہ گردہ سمّ) اور بعض اوقات حاد متعدی امراض (مثلاً حمرہ، خبیثہ، ہیضہ، محرقہ، اسہال، حمیٰ، قرمزیہ، خناق وبائی، آتشک، ملیریا وغیرہ) کی وجہ سے بھی ذیابیطس پیدا ہو جاتا ہے۔ بعض خرابیوں مثلاً دماغ کا ضربہ سقطہ اور ہل جانے دماغ کے، اور جریان خون ہو جانے افشیے دماغ اوسط دماغ کے امراض، جگر و کلاہ گردہ اور بالخصوص بانقراس کے امراض، مرض عظم الاطراف، اور غوطہ وغیرہ کی وجہ سے بھی پیشاب کے اندر شکر آنے لگتی ہے۔ موروثی اثرات، ورزش کی کمی، بالخصوص غذا میں نشاستے دار اور شکری اجزا کی مسلسل زیادتی، سردی لگ جانا، پیٹ کا ضربہ سقطہ، خصوصاً بانقراس کے مقام پر جذبات مثلاً رنج و غم فکر و پریشانی وغیرہ بھی اس مرض کی پیدائش میں حصہ لیتے ہیں۔

اس مرض کے ۸۰ فی صدی مریض ۴۰ سے لے کر ۶۰ سال تک کی عمر کے ہوتے ہیں اور ۱۰ فی صدی مریض ۲۰ سال سے ۴۰ سال کی عمر کے اور صرف ۴ فی صدی ۲۰ سال سے کم عمر کے ہوتے ہیں۔

علامات شروع میں مریض کو پیاس زیادہ لگتی ہے اور پیشاب زیادہ آتا ہے۔ کمزوری محسوس ہوتی ہے مگر رفتہ رفتہ مرض کے ساتھ علامات میں شدت ہوتی جاتی ہے اور جب مرض ترقی کر جاتا ہے تو منہ میں خشکی رہتی ہے۔ پیاس شدید ہوتی ہے، منہ کا مزہ میٹھا رہتا ہے، سانس سے ایک خاص قسم کی میٹھی میٹھی بو آتی ہے، کبھی کبھی بھوک بہت بڑھ جاتی ہے، عام طور پر قبض رہتا ہے، لاغری، پست ہمتی اور سستی کا غلبہ ہو جاتا ہے، درد سر رہتا ہے، بدن کی جلد خشک ہوتی جاتی ہے، اور خارش کے ساتھ

جلد سے بھوسی اُترتی ہے۔ حرارت صحت کی حالت سے کم ہوجاتی ہے۔ ہاتھ پاؤں سرد رہتے ہیں، مگر تلوے اور ہتھیلیوں میں سوزش محسوس ہوتی ہے۔

پیشاب میں شکر کی مقدار ۲۔ فی صدی سے ۱۰ یا ۱۲ فی صدی تک پہونچ جاتی ہے پیشاب پر چیونٹیاں جمع ہوجاتی ہیں، اور دن رات میں چھ سات سیر پیشاب خارج ہوجاتا ہے۔ جس میں ۵ سے ۱۰ اونس تک شکر ہوتی ہے۔ رات کے وقت پیشاب زیادہ مقدار میں اور بار بار آتا ہے۔ مردوں میں قوتِ باہ اور عورتوں میں حیض کم ہوجاتا ہے۔ جوانوں کو یہ مرض اکثر اور ادھیڑ عمر کے لوگوں میں عام طور پر اس عمر کا زمانہ دراز ہوتا ہے جب پیشاب میں یک لخت شکر کی آمد بند ہوجائے تو مریض کا بے ہوشی میں مبتلا ہوکر مرجانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

بعض مرتبہ مرض نامعلوم طور پر شروع ہوتا ہے اور مریض کو صرف اتنا ہی محسوس ہوتا ہے کہ اسے پیاس معمول سے زیادہ لگتی ہے، اور پیشاب بار بار اور زیادہ مقدار میں آرہا ہے۔ لیکن کبھی سردی لگنے کے بعد یا شدتِ پیاس بجھانے کے لئے زیادہ پانی پی لے۔ پی لینے سے یا کسی دلی صدمہ سے یا چوٹ وغیرہ کے لگنے سے یکایک مرض کی علامات نمایاں ہوجاتی ہیں۔

شکر کے کیمیاوی اجزاء:۔ شکر دو اجزا سے مرکب ہے (۱) کاربن (۲) ہائیڈروجن، یہ ہر دو اجزاء اس کی ترکیب میں شامل ہیں، اور تجربہ کرنے پر یہی دو اجزا برآمد ہوتے ہیں۔

شکر کی اقسام:۔ اس کی تین قسمیں ہوتی ہیں (۱) شکر انگوری۔ اس میں چھ حصے کاربن اور ۶ حصے ہائیڈروجن ہوتی ہے۔

(۲) شکر گنا، جس میں ہر دو جز انگوری شکر سے دوگنے ہوتے ہیں۔

(۳) نباتی اور نشاستہ دار اغذیہ میں بھی شکر موجود ہوتی ہے۔ جو شکر انگوری میں تبدیل ہوکر عروق جاذبہ کی راہ جگر میں پہونچ کر شکر حیوانی میں مستحیل ہوکر جمع رہتی ہے۔ اور وہاں سے عضلات جسم میں حسب ضرورت حرارت وقوت پیدا کرنے کے لئے دوبارہ شکر انگوری میں تبدیل ہوتی رہتی ہے۔

شکر کا اثر جسم پر کیا ہوتا ہے؟:۔ تحقیقات سے یہ امر ثابت ہوا ہے کہ شکر حرارت وقوتِ جسم کو بحال رکھنے کا آلہ، اور حرارت کے پیدا کرنے کا ذریعہ ہے، عضلاتِ جسم کی حرکت ہے، کیونکہ تجربے سے یہ بھی ثابت ہوا ہے کہ جو شخص ورزش زیادہ کرتا ہے، اس کا تنفس بوقتِ ورزش تیز ہوجاتا ہے۔ اور پسینہ بہت زیادہ آتا ہے، پسینہ زیادہ آنے کی وجہ سے عضلات کی حرکت جو کاربن کو خارج کرتی رہتی ہے۔

چربی اور نشاستے کا شکر میں حل ہونا۔ چونکہ چربی ونشاستہ وشکر کے اجزائے کیمیاوی ایک ہی ہیں۔ اس لئے یہ ایک دوسرے کی جانب مستحیل ہوجاتے ہیں۔ کثرت شکر چربی کو اختیار کرلیتی ہے، اور نشاستہ شکر بن جاتا ہے۔ غرضیکہ حرارت قوت جسم کے ہی ذریعے قائم رہتی ہے۔ جو بحالت زیادتی کبد و عضلات میں جمع رہتی ہے۔ اگر وہ مقدار میں بہت زیادہ بڑھ جائے تو چربی میں تبدیل ہوجاتی ہے۔ مرض ذیابطیس میں یہ دور انہضام جاتا رہتا ہے۔ اس لئے شکر بغیر ہضم ہوئے پیشاب کی راہ خارج ہونی شروع ہوجاتی ہے۔ اور جو فعل شکر سے وابستہ ہے وہ مفقود ہوجاتا ہے۔ اس لئے چربی وعضلات تحلیل ہونے لگتے ہیں۔

تشخیص مرض اس میں پانچ علامتیں خاص اہمیت رکھتی ہیں جن کے ذریعے سے اس مرض کی تشخیص میں خاص مدد ملتی ہے۔

(۱) پیشاب کا بکثرت آنا (۲) پیشاب میں شکر کا پایا جانا (۳) پیاس کی شدت (۴) بھوک کی زیادتی (۵) جسم کا لاغر کمزور ہو جانا۔

قارورے میں شکر کے معلوم کرنے کا طریقہ۔ شکر کو معلوم کرنے کے لئے پیشاب کو گرم کریں۔ اس کے بعد اس کو ٹھنڈا کرلیں۔ اگر پیشاب میں رطوبت بیضیہ (البیومن) ہوگی تو وہ جم جائے گی۔ اگر نہ ہوگی تو وہ پیشاب صاف رہے گا۔ اب پیشاب کو چھان کر اس میں گندھک کی تیزاب ڈالیں۔ اگر تھوڑی دیر میں پیشاب کے نیچے سیاہ رنگ کے اجزا جمع ہوجائیں تو جان لیجے کہ اس پیشاب میں شکر کے اجزا موجود ہیں۔

ذیابطیس شکری اور بول شکری کا فرق۔ بول شکری میں عارضی طور پر تھوڑی بہت شکر آتی ہے، اور اکثر غذا کے پرہیز سے مریض صحت یاب ہوجاتا ہے۔ اور شکر آنی رک جاتی ہے۔ مگر ذیابطیس شکری میں محض غذا کے پرہیز سے کچھ فائدہ نہیں ہوتا۔

پیاس کی زیادتی پیشاب کا بکثرت اور بار بار آنا اور اس میں مستقل طور پر شکر کا خارج ہونا شدت سے بھوک کا لگنا، قبض رہنا۔ اور روز بروز لاغر و کمزور ہوتے جانا، یہ ایسی بیّن علامات ہیں کہ دونوں میں بآسانی تشخیص ہوسکتی ہے۔

ذیابطیس شکری میں پہلے پیشاب میں شکر خارج ہوتی ہے، پھر پیشاب بکثرت آنے لگتا ہے یعنی ذیابطیس شکری کے بعد کثرت بول کی شکایت ضرور ہوجاتی ہے۔ لیکن صرف کثرت بول کے ساتھ شکر کا آنا ضروری نہیں۔ اسی وجہ سے کثرت بول کو ذیابطیس کاذب یا ذیابطیس سادہ بھی کہتے ہیں۔

ذیابیطس اور کثرت بول میں فرق یہ ہے کہ کثرت البول عام ہے اور ذیابیطس خاص ہے، ذیابیطس میں زیادتی پیشاب کے ساتھ شدت کی پیاس کا ہونا ضروری ہے۔ اور کثرت البول میں پیاس کا ہونا ضروری نہیں۔

ذیابیطس اور سلسل بول کی خصوصیات:۔ ذیابیطس میں پیشاب بارادہ آتا ہے اور سلسل بول میں بلا ارادہ جاری رہتا ہے۔ علاوہ ازیں ذیابیطس جگر اور گردوں کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے اور سلسل بول مثانے کی خرابی سے۔

عوارض:۔ جب مرض بہت شدید یا بہت پرانا ہو جاتا ہے تو یہاں تک نوبت پہونچتی ہے کہ اگر مریض کی روزانہ غذا میں سے شکریہ اجزا بالکل نکال دیئے جائیں۔ تب بھی پیشاب میں شکر برابر خارج ہوتی رہتی ہے۔ جب نوجوان مریضوں کو شدتِ مرض کی حالت میں غذا سے سخت پرہیز کرایا جاتا ہے یا انہیں قبض کی شکایت زیادہ ہوتی ہے تو اکثر قوماتے ذیابیطس ہو جاتا ہے اور بالآخر غفلت یا بے ہوشی طاری ہو کر مریض فوت ہو جاتا ہے۔

انجام مرض:۔ بالعموم اس مرض کا انجام اچھا نہیں ہوتا۔ بالخصوص ۴۰ سے کم عمر کے مریضوں کو باوجود کافی علاج اور پرہیز کے بھی چنداں فائدہ نہیں ہوتا۔ البتہ بوڑھے لوگوں میں اس کا انجام ایسا خراب نہیں ہوتا۔ بہرکیف اگر مناسب پرہیز اور علاج سے افاقہ معلوم ہو تو شفا کی امید ہو سکتی ہے لیکن گردوں میں ورم ہو جانے یا ذات الریہ یا سل وغیرہ میں مبتلا ہو جانے سے بیمار کا انجام خراب ہوتا ہے۔

حفظ ماتقدم:۔ بیمار کو سردی سے بچنے کے لئے کافی گرم کپڑے پہننے چاہئیں، تاکہ جلد کا فعل درست رہے۔ اور پسینہ آتا رہے۔ بیمار کو قبض نہ ہونے دے، اور رنج وغم، فکر و پریشانی سے آزاد رہ کر ہمیشہ خوش وخرم رہنے کی کوشش کرے۔ غذا میں شیریں چیزیں اعتدال سے زیادہ استعمال نہ کرنی چاہئیں۔

اصول علاج

اصلی سبب کو معلوم کر کے اس کو دفع کرنے کی کوشش کریں۔ اور مریض کو ہر طرح سے آزاد اور خوش وخرم رکھیں، اس کا تمام وقت تفریح میں خرچ کریں۔ مرض کی طرف اس کے خیالات کو نہ جانے دیں، غم وفکر سے بچائیں، قبض نہ ہونے دیں، چونکہ اس مرض میں دواؤں سے زیادہ احتیاط اور پرہیز کی ضرورت ہے اس لئے غذا کا خصوصیت کے ساتھ خیال رکھیں، مریض کو زیادہ کمزور نہ ہونے دیں۔ اگر ذیابیطس سادہ ہو تو کشتہ پوست بیضہ مرغ یا کشتہ فولاد وغیرہ داخلی طور

پردیں، اور جلد پر روغن جند کی مالش کریں۔ ہاضمے کو درست رکھنے کے لئے جوارش جالی نوس وغیرہ یا کوئی اور ہاضمے کو بڑھانے والی دوا استعمال کرائیں۔ اگر ذیابیطس شکری ہو تو حرارت کو دفع کرنے کے لئے مبرد ادویات میں سے قرص کافور، قرص طباشیر وغیرہ استعمال کریں۔ نیز قوت کو بحال رکھنے کے لئے کشتۂ فولاد دیں۔

ذیابطیس کا صرف فاقے سے علاج:- جب شکر کی مقدار زیادہ ہو تو ۴۲ گھنٹے مریض کو فاقہ دینا ازحد مفید ہے۔ اور بعض اوقات نہایت لاغر اور نحیف مریضوں کو بھی اس علاج سے فائدہ ہوتا ہے۔

فاقے کے بعد سب سے پہلے کاربوہائیڈریٹ سبزی کی صورت میں دینی چاہئیں، اور ان کی مقدار ۲۰۰ گرام سے زیادہ نہ ہونی چاہئے۔ تقریباً پونے، اونس از قسم بقولات اول مرتبہ دے کر پھر اس کی مقدار بڑھانی چاہئے۔ اگر پھر شکر کی مقدار زیادہ ہوجائے تو پھر فاقہ دینا چاہئے اس کے بعد پروٹین کی قسم کی غذا شروع کرنی چاہئے۔ اول روزانہ فقط ایک یا ۲ انڈے بغیر کسی اور غذا کے دیئے جائیں۔ پھر رفتہ رفتہ گوشت بھی شروع کردیں۔ گھی یا اس قسم کے دیگر روغنوں کی اس قدر زیادہ ضرورت نہیں ہوتی۔ اس لئے آہستہ آہستہ ان روغنوں کو بڑھانا چاہئے۔ معدے کے خالی ہونے کا احساس اور جسم کا کمزور ہونا نیز قبض وغیرہ اس اثنا میں ہوجاتی ہے۔ ان نقائص کے لئے سبقولات مفید ہیں۔ جو خام یا پکا کر دیئے جاسکتے ہیں۔ تازہ سبزی سے نشاستہ علیحدہ کرنے کے لئے بہترین ترکیب یہ ہے کہ تمام ترکاری کو تین مرتبہ ہر مرتبہ نئے پانی میں جوش دیا جائے اور پہلا پانی ہر مرتبہ نکالتے رہیں۔ اس ترکیب سے تقریباً تمام نشاستہ پانی میں رہ جاتا ہے۔

مندرجہ بالا ہدایات پر عمل کرنے سے جسم کا وزن بہت کم ہوجاتا ہے مگر وزن کا کم ہونا خطرناک نہیں۔ ہندوستان میں ذیابیطس کے اکثر بیمار فربہ ہوتے ہیں۔ ان مریضوں کے لئے بھی مندرجہ بالا علاج مفید ہے۔ مگر جب مریض عادتاً بہت ہی پُرخور ہو تو اس پر اس طریقہ پر عمل کرنا آسان کام نہیں ہے۔ شراب اس مرض میں سخت نقصان رساں ہے اور یہی وجہ معصوم ہوتی ہے کہ ہندوستان میں اس مرض کا انجام اس قدر خراب اور مہلک نہیں جس قدر یورپ میں شراب خوری کے سبب سے ہے۔ چاول ہر قسم کے، میٹھا، اور آلو، میٹھے پھل، مثلاً انگور، سردہ، خربوزہ، کیلا وغیرہ بالکل بند کردیا

مریض کی غذا

صبح کو ۱۲ اونس دودھ اور بادام یا ناریل کے بنے ہوئے بسکٹ، دوپہر کو موٹے آٹے کی روٹی کم مقدار میں مونگ کی دال میں (بقیہ صفحہ ۵۰ پر)

دائمی قبض کا علاج بغیر دوا

دائمی قبض کی شکایت آج کل عام طور پر ہر شخص کو رہتی ہے۔ اور دماغی کام کرنے والے تو خاص طور پر اس میں مبتلا رہتے ہیں۔ درد سر، نفخ، گرانی، تبخیر، بواسیر، جریان منی و مذی اور عورتوں میں بہت سے امراض رحم دائمی قبض ہی سے ہوتے ہیں۔ اس مرض کا تعلق زیادہ تر معدہ اور آنتوں سے ہے۔ اگر معدہ اور آنتوں کے فعل میں باقاعدگی رہے تو قبض اور متعلقہ امراض سے بہت حد تک امن مل سکتا ہے۔ معدہ اور آنتوں کو صحیح اور درست رکھنے کے واسطے سادہ غذا، کھانے پینے میں احتیاط اور اعتدال، ورزش، اور سیر و تفریح وغیرہ کو بہت دخل ہے۔ حسب ذیل ہدایت پر عمل کرنے سے نہ صرف دائمی قبض رفع ہو جاتا ہے۔ بلکہ تندرست اشخاص کی صحت بھی ان پر کاربند ہونے سے بہتر ہو جاتی ہے۔

غذا حسب ضرورت و خواہش ایسی غذا استعمال کریں، جس میں روٹی، سبز ترکاریاں، اور پھل شامل ہوں، غذا خوب چبا چبا کر کھانی چاہئے۔ دماغی کام کرنے والے لطیف اور جلد ہضم ہونے والی غذائیں کھائیں، سبز ترکاریوں کا استعمال زیادہ کرنا چاہئے۔ کیونکہ سبز ترکاریوں کا فضلہ بھی زیادہ بنتا ہے، اور اس کا محرک اثر آنتوں پر پڑتا ہے۔ علاوہ ازیں ان ترکاریوں میں چند ایسے کیمیاوی اجزا شامل ہوتے ہیں جن سے معدہ اور آنتوں کو ہضم کرنے والی رطوبت میں امداد ملتی ہے۔

ان میں سورج سے حاصل کی ہوئی قدرتی طاقت بھی ہوتی ہے۔ تازہ سبز ترکاریاں زیادہ مفید ہوتی ہیں۔ مثلاً شلجم، چقندر، گاجر، مولی، گوبھی، کدو، لوکی، توری، ٹنڈے، پالک، میتھی، خرفہ، مفید سبزیاں ہیں۔ پھل کھانا کھانے سے پہلے یا کھانے کے بعد کھانے سے ملین اثر پیدا کرتے ہیں۔ پھلوں کا مسلسل استعمال دائمی قبض کو دور کرنے کے لئے بہت مفید ہے۔ چنانچہ، آم، خربوزہ، سنگترہ، انگور، امرود، انجیر، آلو بخارا، آلوچہ، زرد آلو، آڑو، کشمیری اور ناشپاتی وغیرہ مفید پھل ہیں۔

دائمی قبض کے مریضوں کو روٹی کے بارے میں بہت احتیاط سے کام لینا چاہئے۔ بہت باریک آٹے یا میدے کی روٹی یا حلوہ پوری اور کچوری وغیرہ بکثرت استعمال نہ کریں۔ کیونکہ یہ دیر ہضم اور ثقیل ہوتی ہیں، اور قبض کرتی ہیں۔ پس ایسے اشخاص کو جنہیں قبض رہتا ہے لازم ہے کہ گیہوں کے آٹے کی موٹی موٹی یا بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی کھائیں۔ اس قسم کے آٹے کی روٹی سے آنتوں کی حرکت تیز ہو جاتی ہے، اور قبض رفع ہو جاتا ہے۔ زیادہ چکنی اور لیسدار چیزوں سے بھی پرہیز کریں البتہ

ترکاری میں گھی یا کوئی اور روغن ضرور ڈالنا چاہیئے۔

پینے کی چیزیں

کھانے کے ساتھ پانی ضرور پینا چاہیئے مگر بہت زیادہ نہیں اور نہ یہ ہو کہ بہت زیادہ پیا جائے۔ کھانے کے درمیان حسب خواہش تھوڑا بہت پانی ضرور پیئں، اور کھانا کھانے کے دو تین گھنٹے بعد ایک آدھ گلاس پانی ضرور پینا چاہیئے۔ شراب کا استعمال مضر صحت ہے۔ تندرست لوگوں کو بھی شراب کا چندروزہ استعمال قبض میں مبتلا کر دیتا ہے اور جن کو قبض رہتا ہے ان کے لئے زہر قاتل ہے۔ اسی طرح چائے کا بکثرت استعمال بھی نقصان کا باعث ہے۔

ورزش

ہلکی ورزش، گیند بلا، فٹ بال، اور ٹینس وغیرہ کھیلنا اور صبح و شام پیدل سیر کرنا دائمی قبض کو دور کرنے کا قدرتی اور آسان علاج ہے۔ کیونکہ چلنے پھرنے اور پھرتیلی ورزش کرنے سے آنتوں کی حرکت دودیہ تیز ہو جاتی ہے۔ اور صفرا بھی جگر سے آنتوں پر زیادہ گرتا ہے اس لئے قبض رفع ہو جایا کرتا ہے۔

قبض دور کرنے کی تدبیریں

صبح کو ٹھنڈے پانی کا صرف ایک گلاس گھونٹ گھونٹ پینا، یا اس میں آب لیموں ملا کر پینا قبض کو دور کرنے کے لئے نہایت مفید ہے۔ اسی طرح رات کو گرم پانی کا ایک گلاس پینا بھی قبض کو رفع کرتا ہے۔ پیٹ پر ٹھنڈے پانی کے تریڑے دینا بھی مفید ہے۔ گرم پانی اور صابن کا حقنہ (اینما) کرنا بھی مفید ہے۔ اس سے خشک فضلہ جو نیچے کی آنتوں میں جمع ہوتا ہے بآسانی خارج ہو جاتا ہے۔ حقنہ کرتے وقت دس بارہ چھٹانک پانی اندر پہونچانا چاہیئے اور دو چار منٹ تک پانی کو اندر روکے رکھنا چاہیئے۔

پیٹ کی مالش

دائمی قبض رفع کرنے کے لئے اس طریقہ سے پیٹ کی مالش کرنا بھی مفید ہے کہ کھانا کھانے کے تین چار گھنٹے بعد پہلے دائیں کولہے سے اوپر کو، اور پھر پسلیوں کے پاس ناف سے اوپر سیدھا دائیں سے بائیں کو، اور اوپر سے نیچے کو مالش کریں۔

دافع قبض مفرد دوائیں

دائمی قبض کے لئے سب سے بہتر دوا روغن بادام شیریں خالص ہے ایک تولہ رات کو دودھ میں ملا کر پئیں یا گھی کی بجائے ترکاری میں کھائیں یا خالص پی لیں۔ ہر طرح مفید ہے ـــــ مربائے ہلیلہ کلاں ایک عدد رات کو دودھ یا پانی کے ساتھ کھانا مفید ہے ـــــ روغن بیدانجیر دو ڈھائی تولے پینا بھی مفید ہے ـــــ برگ سنا مکی صاف مٹی کے برتن میں بھون کر کسی قدر سرخ کریں پھر باریک پیس کر شہد میں ملالیں ایک تولہ رات کو کھائیں ـــــ ہلیلہ سیاہ کتر کر روغن بادام یا گھی میں چرب کرکے چھ ماشے رات کو کھانا رفع قبض کے

واسطے مفید ہے ـــــ اسبغول مسلم ایک تولہ رات کو پانی کے ساتھ پھانکنے سے قبض دور ہو جاتا ہے و

امراض بچگان کیلئے مفید و مجرب نسخے

بچوں کی کھانسی و بخار

کاکڑا سنگی	۴ ماشے
اصل السوس	۴ ماشے
کچور	۴ ماشے
سہاگہ بریاں	۴ ماشے
باؤبڑنگ	۴ ماشے
فلفل گرد	۴ ماشے
گاؤزبان	۴ ماشے
بہدانہ	۴ ماشے
نمک سفید	۴ ماشے

سب اشیاء کو کوٹ چھان کر گھونڈے کے پانی میں چنے کے برابر گولیاں بنادیں تاکہ خشک ہوکر سیاہ مرچ کے برابر ہوجاویں۔ خوراک ایک گولی صبح ایک شام شیر مادر میں حل کرکے استعمال کراویں'

بچوں کی کھال

دارچینی	۴ ماشے
بادیان	۲ ماشے
سونٹھ	۲ ماشے
زراوند	۲ ماشے
الائچی خورد	ایک ماشے
نوشادر	ایک ماشے
پوست ہلیلہ زرد	ایک ماشے
صبر	ایک ماشے

سب کو باریک پیس کر حسب عمر دو تین رتی دن میں دو تین دفعہ استعمال کراویں۔ بہت جلد فائدہ ہوگا۔

گھٹی برائے تمام امراض اطفال

بادیان	ایک تولے
زیرہ سفید	ایک تولے
پودینہ خشک	ایک تولے
الائچی کلاں	ایک تولے
زہر مہرہ خطائی	ایک تولے
جاکسو	ایک تولے
نرکچور	ایک تولے
صندل سفید	ایک تولے
صندل سرخ	ایک تولے
رسوت	ایک تولے
فلفل سیاہ	ایک تولے
کالی زیری	ایک تولے
نمک طعام	ایک تولے
نمک لاہوری	ایک تولے
نمک سیاہ	ایک تولے
سہاگہ بریاں	ایک تولے
نوشادر	ایک تولے

دھاوا	ایک تولے
شاہترہ	ایک تولے
تربد سفید	ایک تولے
زنجبیل خشک	ایک تولے
ہلیلہ سیاہ	ایک تولے
پوست ہلیلہ زرد	ایک تولے
برگ پان پختہ	ایک تولے
بیخ درخت نیم	ایک تولے

سب کو کوٹ کر ایک گولہ سا بنا لیویں، اور آٹے کی روٹی میں رکھ کر تنور میں رکھیں، اور بریاں کریں، جب آٹا سرخ ہو جاوے تو نکال کر آٹا علیحدہ کر کے ادویات کو باریک پیس کر رکھ لیں۔ ایک چٹکی روزانہ ہمراہ آب تازہ بچوں کے تمام امراض میں نہایت مفید ہیں۔

بچوں کی پیچش

اول قبض رفع کریں۔ بعد ازاں

نشاستہ	۳ ماشے
کھریا مٹی	۳ ماشے
کشتہ سفید	۳ ماشے

باریک کر کے ۳ رتی ہمراہ لعاب اسپغول و بہدانہ دن میں تین بار دیویں۔

بچوں کے گرمی دانے

چرائتہ	۲ ماشے
برگ حنا	۲ ماشے
ہلیلہ سیاہ	۲ ماشے

سب اشیا کو رات پانی پندرہ بیس تولے میں تر کریں صبح اس کا زلال لے کر شہد ملا کر تھوڑا تھوڑا استعمال کرا دیں۔

بچوں کی ہچکی

الائچی خورد	۲ ماشے
فل فل دراز	۴ ماشے
شہد	۶ ماشے

باریک کر کے شہد میں حل کر کے تھوڑا تھوڑا بچے کو چٹائیں مفید چیز ہے۔

بچوں کے اسہال

ایسے دست جو دانت نکلنے کی وجہ سے لاحق ہوں

زیرہ سفید	۴ رتی
برادہ صندل سفید	۴ رتی
الائچی سفید بریاں	۲ عدد
گلنار دہن بستہ	۴ رتی
شگوفہ برگ ببول	ایک ماشے

سب کو آب تازہ میں رگڑ کر پارچہ بیز کر کے پلا دیں۔

بچوں کے لئے شربت

کوہ خشک	ایک تولہ
گل بابونہ	ایک تولے
گل منڈی	۲ تولے
چرائتہ	۲ تولے

سب اشیا کو رات کے وقت ۲ سیر پانی میں تر کریں صبح کو زلال لیکر ۱ سیر نبات سفید ڈالکر شربت تیار کریں خوراک ۶ ماشے سے ۲ تولے تک حسب عمر۔

طبی اشارے

(۱) ہمارے ملک کے بہت سے مریض اور اکثر نام کے طبیب کسی نسخے میں صرف یہ دیکھ کر کہ ضعف باہ میں مفید ہے اندھا دھند ہر ایک مریضِ باہ پر استعمال کر دیتے ہیں۔ اور یہ نہیں غور کرتے کہ یہ نسخہ کس حالت میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔ اور ضعف باہ کا مریض کس حالت میں مبتلا ہے۔ انجام یہ ہوتا ہے کہ مریض اس دوا کے غیر مفید ہونے کا یقین کر لیتا ہے۔ حالانکہ وہ دوا دراصل نہایت مفید اور مجرب ہوتی ہے، اور اس طبیب سے بدظن ہو جاتا ہے۔ علیٰ ہذا طبیب بھی اس دوا کے اس تلخ تجربے سے بوثوق کامل یہ کہتا ہے کہ یہ نسخہ ہمارے تجربے میں غیر مفید ثابت ہوا، حالانکہ اگر وہی دوا دوسری حالتوں میں استعمال کی جائے تو اپنے اثر سے اکسیر اور تیر بہدف کہلانے کی مستحق بن سکتی ہے۔ "قانون مباشرت"

(۲) فی الحقیقت اطبا جو عام طور پر باہ اور جلق کے علاج میں ناکام رہتے ہیں، اس کی یہی وجہ ہے کہ انہوں نے ضعف باہ کے چند نسخے معلوم کر لئے ہیں وہ بلا تکلف ہر جگہ برتتے اور استعمال کرتے ہیں۔ انہیں صرف اس قدر معلوم کر لینا کافی ہوتا ہے کہ مریض کو ضعف باہ کی شکایت ہے بس پھر کیا تھا، دھڑلے سے ہر جگہ موصلی سفید، بہمن سفید وغیرہ چل رہا ہے۔ نتیجہ معلوم! اس لئے میں اپنے ہم پیشہ حضرات کو نہایت آہنگی کے ساتھ اس طرف متوجہ کرنا چاہتا ہوں کہ علاج سے پہلے وہ اسباب کو تشخیص کریں اور اس کے بعد مذکورہ اصول کے مطابق اسباب کے مساعی ہوں "سلک مرارید"

(۳) بعض لوگ شب و روز جماع اور اس کی محبوبیت کے افکار میں غلطاں و پیچاں رہتے ہیں جس کے باعث ان کی جنس کا ذب بڑھ جاتی ہے اور انہیں جریان کا عارضہ لاحق ہو جاتا ہے۔ انہیں ہدایت کریں کہ اپنے نفس کو اس دل چسپ مشغلے میں مشغول نہ رکھیں، اور اس قسم کی باتیں چھوڑ دیں۔ ساتھ ان کے آلات منی کی قوتِ ماسکہ کو قوی کرنے کے لئے معجون فلاسفہ اور دیگر اطریفلات استعمال کرائیں۔ "ابن الیاس"

(۴) کئی سال سے عنانت کے مریضوں میں میرا یہی طریق علاج ہے جیسا کہ میں مریضانِ دق میں کرتا ہوں کہ مریض کو صرف وہی غذا دی جاتی ہے جو وہ بہترین طریقے پر ہضم کر سکتا ہے۔ اور یہ عمل مفید ثابت ہوتا ہے۔ "جوزف ڈبلیو موری، ایم ڈی"

دوائے ٹکور

یہ دوا ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے اپنے آپ تباہ ہو چکے ہیں۔ رگوں اور پٹھوں کی جملہ خرابیوں اور کجی کو دور کر کے پوری قوت پہونچاتی ہے۔ نہایت مفید ہے

ترکیب استعمال:۔ ایک تولہ یہ دوا لے کر موٹے کپڑے میں پوٹلی بنائیں اور ببر کے دودھ یا تل کے تیل کو گرم کریں اور پوٹلی کو اس میں گرم کر کے عضو کے چاروں طرف اور کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اچھی طرح ٹکور کریں اور یہ عمل پندرہ منٹ سے کم نہ ہو۔ **قیمت**، تولے کی ڈبیہ صرف بارہ آنے (۱۲؍) **(نوٹ)**: بہتر یہ ہے کہ دوائے مالش پہلے ایک ہفتہ استعمال کی جائے اس کے بعد دوائے ٹکور ایک ہفتہ تک استعمال کی جائے اگر زیادہ ضرورت محسوس ہو تو طلائے کیمیائے تاثیر (جس کا اشتہار اسی فہرست میں درج ہے) تیسرے ہفتہ سے شروع کیا جائے اور کوئی مقوی دوا بھی ضرور کھاتے رہیں ✦

دوائے مالش

اس دوا کے بھی وہی فوائد ہیں جو دوائے ٹکور کے ہیں اگر دونوں یکے بعد دیگرے استعمال ہوں تو بہت جلد فائدہ ظاہر ہوتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اور عضو پر اس کے چاروں طرف ہلکے ہاتھ سے اچھی طرح نیم گرم مالش کریں۔

قیمت فی شیشی ۲ تولہ ایک روپیہ (عہ) ✦

جوارش زرعونی عنبری بہ نسخہ کلاں

گردے مثانے، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے پشت کو مضبوط کرتی ہے معدے کی اصلاح کرتی ہے بلغمی وسوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب اور درد سر بلغمی کھانسی و نقرس وغیرہ امراض میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے ریاح کو دور کرتی۔ مادۂ تولید کی پیدائش کو بڑھاتی اور باہ کو قوت دیتی۔ چہرے کا رنگ نکھارتی اور بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔ **ترکیب استعمال**:۔ آلات تولید و گردہ و مثانہ کو قوت دینے کے واسطے ۵ ماشے جوارش کشتہ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کریں۔ اور اگر گردے و مثانے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ ماشے کشتہ زمرد ۲ چاول اور عرق انناس ۸ تولہ شربت بزوری ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔

نوٹ: اس جوارش کو صرف کشتہ فولاد یا صرف کشتہ زمرد کے ساتھ اور تنہا بھی کھا سکتے ہیں۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶؍) ✦

معجون جالی نوس لولوی

جالی نوس نے اس معجون کے سات فائدے لکھے ہیں (۱) قوت مردمی کو قائم رکھتی ہے اور خواہش کو مفید ہے (۲) گردے اور دیگر اعضائے تناسل کے درمیانی عروق نیز مثانہ وانثیین کے حل دھلیں کو جو غلط کاری اور کثرت جماع سے پڑ جاتے ہیں اور دوران خون میں مزاحم ہوتے ہیں انہیں استعمال کے ساتھ کشادہ کرتی ہے اور اپنے ذاتی فعل لعوظا کو بیدار کرتی اور حالت جس نک بیحو پائی ہے (۳) معجون میں قوت اور سختی پیدا کرتی ہے اور جوش قوت کو برقرار رکھتی ہے (۴) مردانہ عظمت کو قائم رکھتی ہے (۵) چہرے کا رنگ نکھلتی ہے (۶) اچھی مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے (۷) اصل کی زائل شدہ قوت کا رفتہ رفتہ بدل پیدا کرتی ہے۔ نیز ہر عضو کی کمزوری کے لئے نافع ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۱۰ ماشے تک یہ معجون استعمال کی جائے۔ عمدہ بدرقہ یہ ہے کہ کشتۂ طلا ۲ چاول یا ماءاللحم خاص دو آتشہ کے ساتھ بشرطیکہ موسم سرما ہو اگر گرمی یا برسات کا موسم ہو تو عرق بید مشک ۵ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸) +

معجون ثعلب

باہ کو قوت دیتی۔ اعصاب میں صلابت پیدا کرتی اور خشکی کو زائل کرتی ہے۔ جریان اور رقت کو کھو دیتی ہے۔ عمدہ چیز ہے۔ کارخانے میں یہ معجون خاص اہتمام کے ساتھ تیار کی جاتی ہے بڑی تعداد میں تیار ہوتی ہے اور ہاتھوں ہاتھ ختم ہو جاتی ہے۔ ایک مرتبہ ضرور آزمائیے۔

ترکیب استعمال:۔ ۱۰ ماشے یہ معجون تنہا یا عرق ماءاللحم عنبری نسخہ کلاں ۵ تولہ یا عرق گندم ۵ تولہ و شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔

قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶) +

معجون طلا

خفقان اور امراض سوداوی کو زائل کرتی ہے دل اور دماغ کو بے حد طاقت بخشتی ہے تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اور حرارت غریزی کو بڑھاتی اور تمام قوتوں کو قائم رکھتی ہے۔ خون بکثرت پیدا کرتی ہے۔ غذا ہضم کرتی ہے۔ ہمدرد دواخانہ کی ایسی کامیاب ایجاد ہے جس پر طب یونانی سالہا سال فخر کرے گی۔

ترکیب استعمال:۔ ۲ ماشے یہ معجون عرق بید مشک ۵ تولے، یا عرق برگ تنبول ۵ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔

قیمت فی تولہ دو روپے (عہ) +

معمّر اور سن رسیدہ لوگوں کے لئے

معجون اعجاز خاص

ادویات کا صحیح استعمال ہی ایک ایسی چیز ہے جس پر ان کے فوائد کا دار و مدار ہے غالباً اس حقیقت سے کوئی عقل مند انکار نہیں کرسکتا کہ ایک ہی دوا ہر عمر اور ہر حالت فائدہ مند نہیں ہوتی۔ ادویات کے اثرات میں مزاج انسانی کو بہت بڑا دخل ہے۔ اکثر غلط استعمال سے بجائے فائدے کے نقصان پہونچنے کا احتمال ہوتا ہے۔ ظاہر ہے کہ انسانی مزاج جوانی اور بڑھاپے میں بالکل مختلف ہوجاتا ہے پھر یہ کس طرح ممکن ہوسکتا ہے کہ ایک ہی دوا مخالف حالتوں میں کارگر ثابت ہو۔ بڑھاپے میں رطوبات فاضلہ اور برودت اعصاب میں زیادہ ہوجاتی ہے جس میں گرم اور تیز دواؤں کے استعمال سے غیر معمولی فائدہ پہونچتا ہے۔ اس کے برخلاف اگر یہی دوائیں جوانوں کو استعمال کرائی جائیں تو احتراق خون کا اندیشہ ہوتا ہے اس خیال کو ملحوظ رکھتے ہوئے ہمارے یہاں اور ہم نے ایسی دوائیں تیار کی ہیں جن میں عمر کا لحاظ رکھا گیا ہے اس بنا پر ہم دعوے سے کہہ سکتے ہیں کہ ہماری دوائیں کسی حالت میں بھی بے اثر ثابت نہیں ہوسکتیں۔ معجون اعجاز سن رسیدہ لوگوں کے لئے جوانی کا پیغام ہے۔ اعصاب میں بجلی کی لہریں دوڑا دیتی ہے۔ برودت اور بلغم کو فنا کردیتی ہے۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتی ہے۔ مادہ تولید کو بے انتہا پیدا کرتی ہے سستی، کمزوری، پژمردگی اور افسردہ دلی کو دور کرنے میں کیمیا اثر دوا ہے۔ مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ غذا کو جزو بدن بناتی ہے۔ خون کے سرخ اجزا بکثرت جسم میں پیدا کرتی ہے۔ اعضا شکنی، سرگرانی کو دور کرکے جسم میں چستی اور چالاکی پیدا کرتی ہے جسم کو کندن بنا دیتی ہے مقوی باہ اس قدر ہے کہ خواہشات پر اختیار نہیں رہتا۔ غرضکہ عمر رسیدہ لوگوں کے لئے اس سے بہتر مقوی اور مبہی دوا دنیا بھر میں آپ کو دستیاب نہیں ہوسکتی۔ ہمدرد دواخانہ یونانی اس دوا کی تیاری پر ہزارہا روپیہ خرچ کرتا ہے۔ اس میں تمام اجزا صحیح اور تازہ شامل کرائے جاتے ہیں دواخانے کی یہ خاص الخاص مجرب اور آزمودہ چیز ہے جو کسی حالت میں بھی بے کار ثابت نہیں ہوسکتی۔ **ترکیب استعمال**:۔ ایک تولہ یہ معجون صبح یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔

قیمت فی ڈبیہ ایک روپیہ چار آنے (عہ) +

حلوائے بیضۂ مرغ

اس قیمتی، لذیذ اور نادر حلوے کے مسیحائی اثرات کا اندازہ اس وقت صحیح طور سے لگایا جا سکتا ہے جب بیضۂ مرغ کے جملہ فوائد کا آپ کو پورا علم ہو۔ طب یونانی میں غالباً مرغی کے انڈے سے زیادہ اور کوئی غذا مقوی باہ نہیں۔ حکیم شریف خان صاحب مرحوم کا مقولہ ہے کہ تقویتِ باہ کے لئے بیضۂ مرغ بے نظیر چیز ہے۔ عرب کے حکماء نے بھی انڈے کے بے انتہا فوائد اپنی کتابوں میں لکھے ہیں۔ ڈاکٹری نقطۂ خیال سے بھی انڈے میں تمام قسم کی غذائیت موجود ہے یعنی اعصابی نشوونما کے لئے بہترین غذا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد کا سلسلۂ بیان بہت زیادہ ہے۔ مختصراً یہ کہ صالح الکیموس ہے ہضم ہونے کے بعد خون بکثرت پیدا کرتا ہے۔ کثیر الغذا قلیل الفضول۔ دل دماغ اور بدن کو بے انتہا تقویت پہونچاتا ہے۔ مقوی باہ ہے۔ گرم نزلے کو سینے پر گرنے سے روکتا ہے چھاتی کی خشونت، معدے کی سختی اور خون تھوکنے کو نیم برشت انڈا نہایت مفید ہے۔ ریاح غلیظ کو تحلیل کرتا ہے۔ اس مختصر تحریر سے آپ نے انڈے کے غیر معمولی فوائد کا اندازہ لگا لیا ہوگا مگر اس کے فوائد پورے طور پر اسی وقت حاصل کئے جا سکتے ہیں جب طبی طور پر اس کو استعمال کیا جائے۔ اعضائے رئیسہ کی کمزوری کا رفع کرنے کے لئے بہترین دوا ہے۔ طبیعت کی سستی، جسم کی تھکان دور کرنے میں بے نظیر چیز ہے۔ لاغر اور ضعیف حضرات کے لئے اس سے بہتر غذا دنیائے طب میں دستیاب نہیں ہو سکتی۔ ہمدرد دواخانہ دہلی خاص اہتمام سے اس حلوے کو تیار کرتا ہے۔ موسم سرما کا خاص تحفہ ہے۔ ایک مرتبہ استعمال کرکے ہمدرد کی محنت کی داد دیجئے۔ قیمت فی سیر پانچ روپے۔ فی تولہ صرف ایک آنہ ◆

شربت فولاد

معدے کو فولاد بنا دیتا ہے اور ثقیل و دیر ہضم غذاؤں کو ہضم کرکے جزو بدن بناتا اور جسم میں بیرونی مقدار خون صالح پیدا کرتا ہے۔ بھوک لگاتا اور قوی سے قوی غذا کو بہت ہی جلد ہضم کر دیتا ہے۔ قوتِ جسمانی کو ترقی دیتا اور چہرے کو خوشرنگ و پُر رونق بناتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری کو دور کرنا اس کا حیرت انگیز اثر دکھاتا ہے۔ ضعف معدہ کی وجہ سے جو دست آتے ہوں ان کے لئے تریاق ہے۔ بڑھا ہوا تلی یا جگر بڑھ گیا ہو تو اس کے استعمال سے اپنی اصلی حالت پر آجاتا ہے۔ غرضیکہ عجیب و غریب چیز ہے۔ اس کے فوائد بہ تواتر ... دیکھنے میں آئے ہیں۔ قیمت فی شیشی ۲۰ تولے والی ایک روپیہ آٹھ آنے (عہ)

ماء الذہب

آج تک سونا جن جن صورتوں میں استعمال کیا جاتا رہا ہے ان سب میں اس کی یہ صورت زیادہ سریع التاثیر اور مفید ثابت ہوئی ہے۔ سونے کے فوائد عرصہ دراز سے مسلم ہیں درحقیقت جسم کی ہر قسم کی کمزوری کے لئے سونا ایک خاص چیز ہے۔ اس دوا کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ یہ فوراً خون میں جذب ہو کر اپنا اثر شروع کر دیتی ہے اعضائے رئیسہ پر اس کا اثر بہت جلد محسوس ہوتا ہے اور جسم میں ایک نئی قسم کی قوت پیدا ہو جاتی ہے۔ معدے پر اس کا اثر غذا کی خواہش زیادہ ہونے کی صورت میں محسوس ہوتا ہے۔ سل اور دق کے مریضوں کو خاص بدرقہ کے ساتھ استعمال کرانے سے ان میں مرض کے خلاف توانائی پیدا ہو جاتی ہے ضعف باہ وغیرہ کے مریض اس سے خاص فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔ ترکیب استعمال: ضعف عامہ کے لئے اس دوا کے ۲ یا ۳ قطرے عرق ماء اللحم عنبری ۵ تولہ کے ساتھ یا عرق گاؤزبان ۱۰ تولہ کے ساتھ یا صرف پانی میں ڈال کر استعمال کرنا چاہئے۔ دق وغیرہ کے مریضوں کو عرق ہرا بھرا یا عرق گذر عنبری کے ساتھ، اور ضعف باہ کے مریض اس کو عرق ماء اللحم بنسخہ خاص دو آتشہ میں ڈال کر استعمال کریں۔ اس کے دوران استعمال میں دودھ، مکھن وغیرہ حسب برداشت استعمال کر سکتے ہیں۔ قیمت فی ماشہ (تقریباً ۲۰ قطرے) صرف دو روپے (۲/) ◆

جوہر

امراض سوداوی مثلاً آتشک و گنٹھیا وغیرہ کے لئے ایک کامیاب اور نفیس دوا ہے۔ آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا دونوں کے لئے نہایت مفید ہے۔ رعشہ و فالج وغیرہ آتشک کے نتائج سے مریض کو محفوظ رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال: یہ دوا کیپسول میں محفوظ ہے اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہو سکے غذا میں مکھن دودھ وغیرہ حسب برداشت استعمال کرنا چاہئے۔ قیمت فی خوراک صرف دو آنے (۲/) ◆

روغن لبوب سبعہ

دماغ کی خشکی دور کرتا ہے اور میٹھی نیند لاتا ہے۔ امراض سہر میں جس میں کسی وقت نیند نہیں آتا۔ بہت نافع ہے ناک کے زخم کو بھرتا ہے۔ ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو آنے (۲/) ◆

حب نشاط

یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مقوی و ممسک ہیں عسرت کو دور کرتی ہیں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویات کرتی ہیں کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں اپنے مطلب کی اعلےٰ درجے کی دوا ہے سرعت کی شکایت کو دور کرتی ہیں لذت اور تفریح کا سامان بھی ہے جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں ایک تجربہ اس کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا ۔ بازاری ممسک ادویات میں نشہ آور ادویات شامل ہوتی ہیں اور نشے کی چیزیں ہر حالت میں خراب اور آخر میں برا اثر دکھاتی ہیں حب نشاط اس سقم سے بری ہے اور اسی غرض سے ہم نے اس کو حاصل کیا کہ ممسک دوا کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں ان کو بخیر اور مفید دوا دی جا سکے ۔ ترکیب استعمال :۔ وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر حب نشاط کی ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں ۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ آٹھ آنے (۱۸) ✦

لبوب کبیر

قوت باہ کو ترقی دینے میں عجیب الاثر چیز ہے اعصاب کو مضبوط کرتا ہے دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے ۔ گردوں کو گرم اور قوی کرتا ہے ، مادۂ تولید کو بکثرت پیدا کرتا ہے ، رنگ نکھارتا ہے ، کمزوری کو زائل کرتا ہے قوت کو بڑھانے میں عجیب الفعل ہے ۔ ایسی چیز ہے کہ لوگ بار بار منگاتے ہیں ۔ قوت باہ کے لئے عمدہ چیز ہے ۔

ترکیب استعمال :۔ ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ دوا کشتہ قلعی ۲ چاول یا کشتہ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کیا جائے بہتر ہوگا اگر ماء اللحم بنسخہ خاص ۵ تولہ اوپر سے پی لیا جائے

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴) ✦

معجون چوبچینی بنسخہ خاص

حرارت عزیزی کو برانگیختہ کرتی ہے اعضائے درد کو زائل کرتی باہ کو قوت دیتی اور معدے کے ضعف کو دور کرتی ہے صفی خون ہے چہرے کا رنگ نکھارتی ہے ، جو لوگ محرور المزاج ہوں ان کو بہت قوت اور فائدہ دیتی ہے ترکیب استعمال :۔ وہ لوگ جو کمزور ہیں ساڑھے چار ماشے اوسط درجے کی قوت رکھنے والے ۹ ماشے اور قوی اشخاص ایک تولہ یہ معجون تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں ۔ اس معجون کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ اس میں زیادہ پرہیز کی ضرورت نہیں

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴) ✦

شفائے نسواں

ہندوستانی مرد جس قدر اپنی عورتوں کو خوش و خرم رکھتے ہیں اُسی قدر اُن کی صحت سے لاپرواہ ہیں! —— ہندوستان کی بے زبان عورت کی برداشت اور جفاکشی کا دنیا کی اور کوئی بھی عورت مقابلہ نہیں کر سکتی! —— ہمارے بود و باش کے طریقوں نے صنف لطیف کو ہزارہا امراض کا شکار بنا دیا ہے۔ ورزش، تازہ آب و ہوا کے نہ ہونے اور گھر کی گندی فضا کے اثرات سے ویسے ہی اس کی صحت خراب رہتی ہے جس کا انجام یہ ہوتا ہے کہ عام جسمانی کمزوری کے بعد ہر قسم کی جنسی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ مثلاً حیض کی کمی و بیشی، تکلیف سے آنا، سیلان الرحم، اعضائے جسم میں درد، سر گرانی، بھوک نہ لگنا، سستی، افسردگی، خرابی خون، اورام، بے ہوشی کے دورے، خفقان، اختلاج، بدہضمی جیسے بے شمار مہلک امراض کا ان کو شکار ہونا پڑتا ہے۔ لیکن اگر ایک طبیب کے نقطۂ خیال سے دیکھا جائے تو ان تمام امراض کا سبب ایام کی خرابی ہے۔ اس زہریلے خون کے باقاعدہ خارج نہ ہونے سے ہزارہا خطرناک امراض کا احتمال پیدا ہو جاتا ہے۔ اگرچہ اس قسم کی بہت سی دوائیں بازار میں دستیاب ہوتی ہیں مگر فائدے کے لحاظ سے ان کا ہونا نہ ہونا برابر ہے۔ ملک کی اس ضرورت کو پیش نظر رکھتے ہوئے ہم نے ایک ایسا مرکب ایجاد کیا ہے جس کے استعمال سے اس قسم کے تمام امراض کا قطعی قلع قمع ہو جاتا ہے اور عورت کی صحت اور جوانی برقرار رہنے کے علاوہ رنگ میں صفائی اور چہرے پر چمک پیدا ہو جاتی ہے۔ حاملہ کے لئے بھی یہ دوا نہایت مفید ہے۔ دائمی قبض جو اس مرض میں رہتا ہے اس کے لئے اس سے زیادہ زود اثر دوا کا ملنا مشکل ہے۔ "شفائے نسواں" کی صرف ایک شیشی سے اس گلزار کیفیت و انبساط میں بہار پیدا ہو جاتی ہے جس کے تماشے کے لئے اہل نظر بے چین نظر آتے ہیں۔

قیمت فی شیشی صرف بارہ آنے (۱۲ر)

اکسیر احتلام

قوۃ تولید کی اصلاح کرتا ہے۔ رقت و کثرت احتلام کو مانع ہے۔ ترکیب استعمال ۲ ماشے یہ دوا پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ کھائیں۔ ترش اور بادی چیزوں سے حتی الامکان پرہیز کریں۔

قیمت فی شیشی ۱۱ خوراک صرف ایک روپیہ

عرق روح افزا

دل، دماغ اور جگر کو نہایت قوت بخشتا ہے۔ معدے کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرکے ہضم میں قوت پہونچاتا ہے اعلیٰ درجہ کا مشتہی ہے۔ غذا کو جزو بدن بناکر خون صالح کثرت سے پیدا کرکے چہرے کو خوش رنگ کرتا ہے سستی اور کاہلی کو دور کرکے طبیعت میں بشاشت اور شگفتگی اور جسم میں چستی و تازگی پیدا کرنا اس کا خاص فعل ہے۔ ہر قسم کے ضعف کو خواہ کسی وجہ سے ہو دفع کرنے میں مفید ثابت ہوا ہے گئی ہوئی طاقت کو واپس لاتا ہے مایوسین باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے سالہا سال کے تجربے میں ہمیشہ تیر بہدف ثابت ہوتا رہا ہے۔ قریب قریب ہر مزاج پر یکساں مفید ہے۔ بلا قید عمر و موسم استعمال کیا جاتا ہے۔ نہایت ہی جانفشانی اور خاص اہتمام سے تیار کیا گیا ہے۔ قابل استعمال اور عدیم المثال چیز ہے۔ **ترکیب استعمال** ۲ تولہ عرق روح افزا میں ۹ ماشے مصری ملاکر صبح یا سہ پہر کے وقت استعمال کریں۔ ترشی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی بوتل دو روپے آٹھ آنے (عہ/۲)

شربت صدر

آج کل نزلہ و زکام ایک عالمگیر مرض ہے ایسے نزلہ و زکام کے لئے جس میں یہ موذی مرض رونما ہوتے ہیں مثلاً نمونیہ، کھانسی، دمہ، نفث الدم، سل اور دق جیسے خطرناک مرضوں کے واسطے بے حد مفید و لاجواب دوا ہے بگڑے ہوئے نزلہ و زکام کو درست کرتا ہے۔ بلغم کو خارج کرتا ہے اور دماغ کی خیرہ کو مفید ہے۔ **ترکیب استعمال** ایک ایک تولہ صبح و شام ۱۰ تولہ گائے کے دودھ میں ملاکر استعمال کریں۔ اس کے استعمال کے ایک ہفتے بعد کسٹرآئل ۲ تولہ پاؤ سیر دودھ میں ملاکر ضرور پئیں تاکہ جو مادہ اس کے استعمال سے پختہ ہوگیا ہے وہ خارج ہو جائے۔ گرم، بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی آٹھ خوراک صرف آٹھ آنے (۸/)

لعوق صدر

یہ لعوق پھیپھڑوں کی ہر ایک بیماری میں مفید ہے نزلہ و زکام کے لئے اکسیر ہے ہر مزاج والے کو موافق آجاتا ہے۔ بلغم کو سینے سے خارج کرتا ہے اگر اس کو زیادہ دن استعمال کیا جائے تو دائمی نزلے کو دور کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال** ۶ ماشہ صبح و شام دونوں وقت استعمال کریں۔ تیل اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱/)

حلوائے مغز سر کنجشک و الاخاص نمبر ۲

مغز سر کنجشک کے حیرت انگیز فوائد کا اندازہ صرف وہی لوگ لگا سکتے ہیں جنہوں نے کبھی استعمال کیا ہے۔ اطباء شاہی خاندان تقویت باہ کے سلسلہ میں اس کے فوائد کو ناقابل بیان بتلاتے ہیں۔ ایام قدیم میں یہ حلوا بادشاہ اور امراء کے لئے تیار کیا جاتا تھا جسم کی فربہی اور تحریک باہ کے لئے لاثانی غذا ہے صالح الغذا مقوی معدہ ضعف جگر اور استسقاء کو مفید ہے۔ مادہ تولید کو غلیظ کر دیتا ہے سرعت جیسے مہلک مرض کو جڑ سے کھو دیتا ہے مثانہ اور گردے کے ضعف اور درد کمر کے لئے بے حد مفید ہے

یہ جانے کے دن زندگانی کے دن ہیں ÷ مسرت کی راتیں ہیں جانے کی باتیں
نہیں ہیں یہ ایام افسردگی کے ÷ جوانی ہے یہ یہ جوانی کی باتیں

ہمدم دواخانے نے خصوصیت کے ساتھ اس کو تیار کیا ہے۔ موسم سرما میں صبح کے ناشتہ کے لئے اس سے بہتر غذا آپ کو دستیاب نہیں ہو سکتی۔ بالکل کیمیاوی طریقہ سے تیار کی جاتی ہے اس سبب سے اس کے اثرات بالکل یقینی ہیں۔ قوت باہ کے متلاشیوں کو اس سے بہتر غذا ہزار روپیہ صرف کرنے پر بھی دستیاب نہیں ہو سکتی۔ نقالوں سے ہوشیار رہئے۔ قیمت فی سیر صرف پانچ روپیہ ۔

حلوائے پستہ خاص الخاص

طبی کتابوں کی ورق گردانی سے پتہ چلتا ہے کہ پستہ حافظہ، دماغ، ذہن، دل اور معدے کی تقویت کے لئے بیحد مفید پھل ہے۔ قے، متلی اور خفقان کو دور کرتا ہے۔ جگر کو طاقت دیتا ہے جگر کی سردی اور گردے کی لاغری کو دور کر دیتا ہے۔ خون صالح پیدا کر دیتا ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں اس کے مصفات اور مقوی اجزاء شامل کئے گئے ہیں۔ اس کے استعمال سے جسم کی نشو و نما بہتر ہوتی ہے۔ چہرے پر بشاشت اور دل میں مسرت پیدا ہوتی ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کے طور پر استعمال کیجئے زندگی کا لطف آجائے گا۔ نہایت زود ہضم اور جزو بدن بننے والی غذا ہے۔ چہرے کو سرخ بناتا ہے مقوی باہ ہے علاوہ لذیذ ہونے کے نہایت سریع الاثر ہے۔ اس حلوے کی تیاری میں ہمارے کارخانے کے تجربہ کار دوا سازوں نے جس قدر محنت اور جانفشانی سے کام لے کر اس کو مفید بنانے کی کوشش کی ہے اس کا اندازہ آپ استعمال کے بعد ہی لگا سکتے ہیں۔

قیمت فی سیر پانچ روپیہ اور فی تولہ ایک آنہ ۔

شربت مصفی اعظم

یہ اعلیٰ درجے کی مصفی خون دوا ہے۔ فساد خون کے سینکڑوں مریضوں پر اس کا تجربہ کیا گیا ہے نہایت کامیاب تجربے ہوئے۔ آتشک ہو یا جذام، تمام جسم پر پھوڑے پھنسیاں نکلی ہوئی ہوں۔ بدن پر جابجا زخم موجود ہوں اور اس میں پیپ پڑی ہوئی ہو، اور زرد پانی بہتا ہو، خارش خشک ہو یا تر، کھجاتے کھجاتے بے چین ہو جاتے ہوں اور کسی طرح آرام نہ ہوتا ہو، سر پر گنج ہو اور اس سے زرد آب بہتا ہو، داد موجود ہوں اور بہتیری دواؤں کے استعمال کے باوجود رفع نہ ہوتے ہوں۔ پرانا سوزاک ہو اور اس کی وجہ سے خون میں بھی حدت اور فساد پیدا ہو گیا ہو تو ان سب مریضوں کے لئے شربت مصفی اعظم۔ استعمال کر کے خدا کی قدرت کا مشاہدہ کیجئے۔ اس کے تین ہفتے کے استعمال سے جسم کے تمام پھوڑے اور پھنسی اور زخم وغیرہ خشک ہو جائیں گے اور ان پر کھرنڈ آ کر جھڑ جائیں گے اور آہستہ آہستہ جسم کا پرانا نشو بھی دور ہو جائے گا۔ جسم کندن کی مانند چمک آئے گا اور تر و تازہ اور شاداب نظر آنے لگے گا۔ جو مریض اس دوا سے شفا پا چکے ہیں ان کا متفقہ فیصلہ ہے کہ شربت مصفی اعظم در اصل کایا پلٹ دوا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ایک ایک تولہ صبح و شام پی لیا کریں۔ شیرینی، گڑ، گرم مصالحہ، سرخ مرچ، اور بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی شیشی ۲۰ تولہ ایک روپیہ۔

حلوائے ثعلب

غالباً ہر ایک ہندوستانی کو اس کا ضرور علم ہوگا کہ ثعلب مصری مقوی باہ اور پیدائش منی کے لئے قابل اعتماد دوا ہے۔ طبی کتابوں میں اس کے فوائد بہت کچھ لکھے ہوئے ہیں۔ علاوہ بریں تقویت باہ اعصاب اور اعضاء کی کمزوری کو مفید ہے۔ لقوہ، فالج، رعشہ اور امراض دماغی میں بے انتہا فائدہ مند ہے۔ تمام جسم میں خوب موٹائی پیدا کرتی اور بال پیدا کرتی ہے۔

ہمدرد یونانی دواخانے نے اس بے نظیر جوہر کا بعض اور مقوی اور قیمتی اجزاء سے ترتیب دے کر حلوا تیار کیا ہے جو نہایت لطیف، زود ہضم، بے نظیر اور مقوی ہے۔ درد کمر اور جسم کی تھکان میں مفید ہے۔ سستی اور بیماری کے لئے لاجواب غذا ہے۔ بدن میں فربہی اور قوت پیدا کرنے کے علاوہ رنگ نکھارتا ہے اور جسم میں خون کے سرخ ذرات بکثرت پیدا کرتا ہے۔ موسم سرما کی خاص چیز ہے۔

قیمت فی سیر صرف پانچ روپیہ (صہ)

خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا

دل ودماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے مفید ہے۔ دماغ کو
بشاش اور شگفتہ کرتا ہے، زیادہ محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا۔ بینائی اور حافظہ
کو ترقی دیتا ہے۔ خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے۔ تفریح پیدا کرتا ہے اور دماغ کی خشکی کو رفع
کرتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۳ ماشے سے ۶ ماشے تک۔ یہ خمیرہ عرق گاؤزباں ۱۲ تولے کے
ساتھ استعمال کریں یا دیگر مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیاء سے
پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے + قسم دوئم فی تولہ چار آنے (۴ر) +

معجون فولاد

یہ معجون ایک پُراسرار چیز ہے۔ نہایت قیمتی
اجزا سے مرکب ہے۔ حرارت غریزی کو قوت
دیتی ہے۔ اعضائے رئیسہ کی طاقت بڑھاتی
ہے جسم کو فربہ اور قوی کرتی ہے عقل وحافظہ
کو بڑھاتی ہے۔ لقوہ، رعشہ، عرق النساء، صرع
(مرگی) میں نہایت مفید ہے۔ سرعت انزال کو
نفع بخشتی ہے اور تمام اعصابی دردوں کے لئے
نہایت مجرب ہے۔ وہ لوگ جو عصبی شکایتوں
کی وجہ سے باہ کی کمزوری میں مبتلا ہوں، ان
کے واسطے اکسیر ہے ضعیف العمر اصحاب کے
واسطے نہایت فائدہ مند ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ۲ ماشے سے ۵
ماشے تک رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔
ترش بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔
قیمت فی تولہ صرف چار آنے +

مفاصلی

گنٹھیا، درد مفاصل خواہ کسی سبب سے ہو
اس کے استعمال سے آرام ہوجاتی ہے جوڑوں
کے دردوں کے واسطے تریاقی اثر رکھتی ہے
رطوبات فاسدہ اور بلغم کی کثرت کی وجہ سے
جو جوڑوں میں درد ہوتا ہے اس کے لئے اکسیر
کا کام دیتی ہے ریاحی دردوں کو فوراً رفع
کرتی ہے معدے کو فضلات سے پاک کرنے
میں لاثانی دوا ہے آنتوں کی رطوبات فاسدہ
اور خرابیوں کو دور کرتی ہے غرضکہ آلات ہضم
کے تمام تر نقصانات دور کر کے جسم میں نئی
روح پیدا کر دیتی ہے۔ ریاح اور رطوبات
فاسدہ کی پیدائش کو روک دیتی ہے گردن اور
جوڑوں کے دردوں میں بھی مفید ثابت ہوئی
ہے۔ پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ دوا۔
قیمت ۲۰ یوم کی دوا قیمتاً ایک روپیہ

حسن یوسفی

یورپ وغیرہ میں لاکھوں روپے کی ایسی چیزیں فروخت ہوتی ہیں جن کو عورتیں چہرے کی ملاحت اور تازگی کے لئے استعمال کرتی ہیں، ہمارا تیار کردہ "حسن یوسفی" بھی ایک خاص شاہی نسخہ ہے جسے شاہی محلات میں اطبائے شاہی استعمال کرایا کرتے تھے عجیب و غریب چیز ہے، آپ اس دوا کو ایک مرتبہ استعمال کر کے دیکھئے چہرے کا رنگ نکھارتی جلد کو نرم، ملائم اور نازک بناتی ہے دوا نہیں پھولوں کی پنکھڑیاں گلاب کا حسن اور چہرے کا سنگھار ہے۔ ایک دفعہ جس خاتون نے بھی اسے استعمال کر لیا پھر وہ کوئی دوسری انگریزی یا دیسی اس کام کی دوا استعمال نہ کرے گی۔ **ترکیب استعمال**: بقدر حاجت گرم پانی میں گھول کر چہرے پر یا جسم پر ملیں اور خشک ہونے کے بعد دھو ڈالیں۔

قیمت فی ڈبیہ ۵ تولہ صرف آٹھ آنے

دوائے گردہ

اگر ریگ یا پتھری کی وجہ سے درد گردہ کا عارضہ ہوتا ہو تو اس دوائے گردہ سے فائدہ اٹھائیے اس کے استعمال سے درد کی شدت فوراً ختم ہو جائے گی اور مریض کو فوراً راحت و تسکین حاصل ہوگی اور اس کے استعمال سے ریگ خارج ہو جائے گی اور پتھری ٹوٹ کر آسانی نکل جائے گی اور پھر یہ مرض پیدا نہیں ہوگا۔ ڈاکٹری میں تو اس مرض کا علاج آپریشن کے سوا کچھ نہیں ہے لیکن ہمارا مشورہ ہے کہ جن لوگوں کو یہ مرض ہو وہ اس دوا کو استعمال کر کے ضرور تجربہ کریں کیا عجب ہے کہ آپریشن کی نوبت ہی ضرورت نہ رہے اور اسی دوا سے آرام ہو جائے۔ **ترکیب استعمال**:۔ درد کی حالت میں ایک ایک قرص دن میں ۳ مرتبہ ہمراہ سوڈا واٹر یا گرم پانی۔ معمولی دنوں میں صبح و شام ایک ایک قرص ہمراہ تازہ پانی۔ قیمت ۲۰ قرص ڈیڑھ روپیہ

معجون سیلان الرحم

یہ دوا عورتوں کو بہت مفید ہے پرسوت کو دور کرتی ہے حمل میں قوت کو قائم رکھتی ہے۔ رحم کی فاسد رطوبت کو جذب کرتی ہے۔ ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتی اور رحم کی خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے سیلان کو دور کرتی ہے [illegible] اور سوداوی بیماریوں کے لئے فائدہ مند ہے۔

ترکیب استعمال: ۔ ۶ ماشے یہ معجون صبح کے وقت پاؤ سیر گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ گرم چیزیں تیل اور کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴؍)

دیوانگی اور پاگل ہو جانے کا حیرت انگیز علاج

دوا الشفاء

یہ دوا جنون کے لئے اکسیر ثابت ہوئی ہے ہزاروں مریض اس سے صحتیاب ہو چکے ہیں۔ جہاں تک ہم کو علم ہے اس سے بہتر اور کامیاب علاج دنیا میں نہیں ہے فی الحقیقت بے مثل اور معجزہ چیز ہے۔ دوا الشفاء کے فوائد کی دھوم ہے۔ اگر خدانخواستہ کوئی پاگل ہو گیا ہے تو اسے پاگل خانے بھیجنے کی جلدی نہ کیجئے پہلے یہ دوا استعمال کرائیے۔ جنون کے جس مریض کی آنکھیں سرخ رہتی ہوں نیند نہ آتی ہو اور زنجیروں میں باندھنے کی ضرورت ہو اس کے لئے یہ دوا نہیں بلکہ اکسیر ہے خاموش اور چپ چاپ بیٹھنے والے مریضوں کو جلد آرام ہو جاتا ہے مگر انہیں زیادہ دیر تک دوا استعمال کرانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مرگی اور اختناق الرحم میں بھی یہ دوا مفید ثابت ہوئی ہے اور اس نے مالیخولیا کی حالت میں بھی حیرت انگیز فائدہ دکھایا ہے۔ دنیا میں یہ لاثانی دوا حضرت شفاء الملک کے مجربات کا کرشمہ ہے۔ ترکیب استعمال:- ایک قرص صبح اور ایک ہی شام کو تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں لال مرچ، گوشت و شیریں اشیاء سے پرہیز کرائیں۔ قیمت فی ڈبیہ صرف بارہ آنے (۱۲/۰)

اکسیر صحت

یہ عجیب و غریب دوا اعلیٰ درجے کی مقوی معدہ و جگر ہے۔ کثیر مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے خون کے ہر قسم کے نقص کو رفع کرتی ہے۔ غذا کے ہضم میں امداد کرتی ہے۔ جسم کو قوی اور فربہ کرتی ہے اعضائے رئیسہ کو قوت پہونچاتی ہے۔ بھوک خوب لگاتی ہے ہر عمر کا آدمی بلا قید موسم بلا تکلف استعمال کر سکتا ہے۔ ایک مرتبہ کا استعمال تمام خوبیوں کو آپ پر ظاہر کر دیگا

ترکیب استعمال کا پرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی [illegible] ایک روپیہ

روغن عجیب

یہ روغن دائمی قبض رفع کرنے کے لئے عجیب و غریب چیز ہے۔ آنتوں کی خشکی کو رفع کرتا ہے اور آنتوں کو فضلات سے پاک و صاف کرتا ہے کچھ عرصے تک متواتر استعمال کرنے سے آنتوں کی خشکی بالکل دور ہو جاتی ہے اور روزانہ بافراغت اجابت ہونے لگتی ہے۔ قبض کی شکایت بالکل دور ہو جاتی ہے۔ طب یونانی کی عجیب و غریب بے مثل دوا ہے۔

ترکیب استعمال کا پرچہ دوا کے ساتھ ہوگا۔ قیمت فی شیشی [illegible] ایک روپیہ [illegible]

معجون فلاسفہ

باہ کو بڑھاتی، مادۂ تولید کی پیدائش کو زیادہ کرتی اور بھوک لگاتی ہے سلسل البول اور درد کمر اور گردہ اور وجع مفاصل کو دور کرتی ہے چہرے کا رنگ صاف کرتی اور بوئے دہن زائل کرتی ہے، اور منہ کو خوشبودار بناتی ہے۔ مجوزنے اس کی تجویز کے لئے طبی فلاسفہ کو اس قابلیت سے برتاہے کہ اسم بامسمّٰی بنا دیا ہے۔ ۶ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۵ تولے عرق عنب الثعلب ۲ تولے یا دوسری ادویات کے ساتھ استعمال کی جائے ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (ا/)۔

فولاد ستیال

ضعف معدہ و جگر کے لئے خاص چیز ہے بیماری کے بعد جو نقاہت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے اور جسم میں از سر نو تازگی اور قوت پیدا کرتا ہے۔ کمی خون اور خرابی خون (اینیمیا) وغیرہ امراض میں اس کے فوائد حیرت انگیز ہیں سرخ دانہائے خون کی تعداد میں اضافہ کرتا ہے اور ان میں سرخی خون (ہیموگلوبین) کی مقدار کو زیادہ کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ قطرے ۵ تولے پانی میں ڈال کر صبح و شام استعمال کریں۔ قیمت فی تولہ صرف دو روپے (۲ روپے)

حب عنبر مومیائی

قوت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں نوجوانوں کی غلط کاری سے اعضائے رئیسہ کے کمزور ہو جانے سے اعضائے تناسل میں جو ضعف پیدا ہو جاتا ہے اس کو دور کرتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر مخفی شکایتوں کو دور کرتی ہیں۔ مباشرت کے بعد ان کا استعمال بہت مفید ہے۔ قوت میں کمی نہیں ہونے دیتیں اور ان کے استعمال کے بعد قوت عود کر آتی ہے۔ ترکیب استعمال دو گولیاں رات کو سوتے وقت پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن ایک روپیہ

معجون سنگدانہ مرغ

معدے کو قوت دیتی ہے ضعف ہضم کو زائل کرتی ہے غذا کو ہضم کرتی ہے ریاح کو تحلیل کرتی ہے اور ضعف معدہ کو نہایت ہی مفید ثابت ہوئی ہے ضعف معدے کے لئے عجیب و غریب دوا ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ معجون عرق بادیان ۵ تولے یا دوسری مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (ا/)

معجون حمل عنبری علوی خانی

جن عورتوں کا حمل ساقط ہو جاتا ہو یا ام الصبیان میں مبتلا ہو کر ضائع ہو جاتا ہو ان کے لئے بہت مفید ہے۔ حمل کے تیسرے مہینے سے اس کا استعمال شروع کیا جائے پورے دنوں کے بعد بچہ پیدا ہوگا اور ہر آفات سے محفوظ رکھے گا۔ یہ معجون قیمتی اجزاء سے بنائی جاتی ہے اور نہایت اعلیٰ شے ہے ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے یہ معجون عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کی جائے تیل و بادی اشیاء سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ آٹھ آنے (۸ر)

مفرح یاقوتی معتدل

حرارت عزیزی کی حفاظت کرتی ہے اور اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے اسہال اور امراض رحم میں بہت مفید ہے۔ اشتہا پیدا کرتی ہے، اور ہر قسم کی کمزوری کو دور کرتی اور مختلف امراض میں فائدہ دیتی ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے یہ مفرح عرق گاؤزبان ۵ تولہ، عرق بید مشک ۳ تولہ، عرق گلاب دگر یہ تولہ، شربت انار ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں ثقیل غذائیں نہ کھائیں۔
قیمت فی تولہ صرف بارہ آنے (۱۲ر)

روغن بادام شیریں

اعضاء کی خشکی رفع کرتا ہے۔ قبض کو دور کرتا ہے دماغ کو قوت دیتا اور نیند لاتا ہے۔ کم خوابی کی شکایت کو نافع ہے، دست لانے میں اعانت کرتا ہے۔ اس کے فوائد مسلم ہیں۔ ترکیب استعمال اگر قبض انتڑیوں کی خشکی کی وجہ سے ہو تو ۶ ماشہ سے ایک تولہ تک یہ روغن عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ کے ساتھ رات کو سوتے وقت استعمال کریں تقویت دماغ اور نیند لانے کے لئے دماغ پر مالش کریں۔
قیمت فی تولہ صرف چھ آنے (۶ر)

خمیرہ مروارید نسخہ کلاں

دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے بہت سا خون نکل جانے یا دستوں کی وجہ سے جو کمزوری ہو جاتی ہو اسکو نیز اور کمزوریوں کو دور کرتا ہے ضعف قلب و خفقان میں بہت مفید ہے۔ موتی جو اور جھیک میں جو گھبراہٹ اور دل پر گرمی ہوتی ہے اسے جلد زائل کرتا ہے سچے موتی جواہرات اور ورق طلا جیسے قیمتی اجزا سے بنایا جاتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ صبح و شام ۳ ماشہ سے لیکر ۶ ماشہ تک یہ خمیرہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ گرم اور بادی چیزوں سے پرہیز۔ قیمت فی تولہ ۱۰ر

دَوَا ءالمسک معتدل جواہر والی

سوداوی خفقان اور مراقی مالیخولیا کو بہت مفید ہے۔ دل، جگر اور معدے کو قوت دیتی ہے۔ نیز سوداوی بخارات کو تحلیل کرتی ہے قیمتی فوائد رکھتی ہے۔ ترکیب استعمال۔ ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک یہ دوا ءالمسک صبح کو مناسب بدرقہ کے ساتھ استعمال کی جائے یا عرق عنبر ۴ تولہ عرق گاؤزبان ۴ تولہ، عرق بادیان ۴ تولہ مصری ۲ تولہ کے ساتھ۔ قیمت فی تولہ چھ آنے (۶/) ◆

اطریفل بادامی

دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی محنت کرنے والوں کے لئے نہایت مفید ہے دماغ کو روشن اور شگفتہ کرتا ہے۔ اور زیادتی محنت سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا، بینائی و حافظہ کو ترقی دیتا ہے اور خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے، تفریح پیدا کرتا ہے، نزلہ اور درد سر کو کھوتا ہے نہایت مفید ہے

ترکیب استعمال:۔ ۹ ماشے صبح یا سوتے وقت استعمال کریں اور گرم، کھٹائی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ قیمت فی تولہ صرف ایک آنہ (۱/) ◆

اطریفل ثمانی

دماغ کا تنقیہ کرتا ہے مالیخولیا اور مراق کو بہت مفید ہے، درد سر، قولنج، اور تبخیر کو بہت فائدہ دیتا ہے اس کی مداومت نزلے کا قلع قمع کر دیتی ہے۔ ترکیب استعمال۔ ۵ ماشے سے ۹ ماشے تک ہمراہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ یا تنہا استعمال کریں۔ ترشی و بادی کا پرہیز۔ قیمت فی تولہ ایک آنہ (۱/)

حب خاص

ضعف باہ کی ایک مخصوص دوا ہے، بدن کو قوت دیتی ہیں اور اعضائے رئیسہ کو توانا بناتی ہیں ان کے چند روزہ استعمال سے پٹھوں میں قوت آجاتی ہے اور دماغی کمزوری دور ہو کر سستی رفع ہو جاتی ہے۔ بھوک خوب لگتی ہے خون کی پیدا وار زیادہ کرتی ہیں، ان کے چند روز کے استعمال سے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ترکیب استعمال۔ ایک گولی صبح کو پاؤ بھر دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ قیمت فی درجن صرف تین روپے (۳ے) ◆

حب ممسکی اعظم جدید

انفعالی خوابوں کی اصلاح کرکے مادۂ تولید کو بڑھاتی اور باہ کو بے حد قوت پہونچاتی ہیں خون صالح پیدا کرکے چہرے کا رنگ سرخ اور چمکدار بناتی ہیں، پیری میں جوانی کا لطف دکھاتی ہیں، کسی قدر امساک بھی کرتی ہیں کم سے کم ۴۰ روز استعمال کرنی چاہئیں۔ ترکیب استعمال بعد کھانا کھانے کے ایک گولی صبح ایک شام کو کھائیں۔ دودھ بھی جس قدر ہضم ہوسکے استعمال کریں قیمت ۴۰ گولی کی شیشی عہ

جواہر مہرہ

تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے امراض کے بعد جو کمزوری رہ جاتی ہے اس کو زائل کرکے اصلی قوت بخشتا ہے نہایت مفید اور مجرب ہے۔ ترکیب استعمال ۲-۲ چاول یہ جواہر مہرہ خمیرہ گاؤزبان ایک تولہ میں ملاکر استعمال کیا جاتا ہے۔ اشیائے ترش و بادی سے پرہیز۔ فی ماشہ للعہ ۱۵ قرص ۶؍

نوشدارو لولوی

معدے اور دل و دماغ اور جگر کو قوت دیتی ہے خفقان کو دور کرتی اور منہ میں خوشبو پیدا کرتی ہے عجیب چیز ہے۔ ترکیب استعمال سات ماشے یہ نوشدارو عرق کدو ۲ تولہ عرق بادیان ۲ تولہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔

قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴؍) ✤

روغن مقوی دماغ

دماغ کو قوت دیتا ہے، بالوں کو سیاہ رکھتا ہے، درد سر اور دماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے، اس کا استعمال رکھیں تو عام دماغی کمزوری سے محفوظ رہیں گے۔ ترکیب استعمال۔ رات کو سوتے وقت دماغ پر مالش کریں۔ قیمت فی تولہ صرف چار آنے (۴؍) ✤

قرص اگر

یہ دوا تجربے کے بعد مفید ثابت ہوئی ہے معدہ اور جگر کی نامذ رطوبت کو اعتدال پر لاتی ہے صفراء کی زیادتی کو دفع کرتی ہے دائمی نزلہ اور دوسری شکایت اس کے استعمال سے چند روز میں رفع ہوجاتی ہے غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے مقوی دل و دماغ اور جگر ہے۔ ترکیب استعمال۔ دو دو قرص کھانے کے بعد صبح شام پانی کے ساتھ استعمال کریں گرم، ثقیل اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔ قیمت فی شیشی (۸۰ قرص) صرف ایک روپیہ آٹھ آنہ

اعصاب اور قوت باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے

لبوب اعظم

نہایت قیمتی اجزاء سے مرکب ہے کیونکہ تمام مقوی ادویات کے جوہر اکسیر دی طریقہ پر تیار کیا گیا ہے اس لئے تمام مقوی ادویات سے بہتر ہے۔ قوت مردمی میں اضافہ کرتا ہے کثرت جماع و غلط کاری و جریان جس کے علاج میں لاپرواہی کی گئی ہو۔ کثرت احتلام، گردہ و مثانہ کی کمزوری، کو دور کر کے تری کرتا ہے خون صالح بکثرت پیدا کرتا ہے چہرے کو بارونق اور جسم کو فربہ اور طاقت ور بناتا ہے اور باہ میں حیرت انگیز قوت پیدا کرتا ہے وہ لوگ جو عصبی شکایتوں کی وجہ سے باہ کے مریض ہیں ان کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ **ترکیب استعمال**:۔ ۳ ماشے یہ لبوب کھا کر ایک پاؤ دودھ پی لیں اگر کچھ گرمی زیادہ محسوس ہو تو دودھ زیادہ استعمال میں لائیں۔ قیمت فی شیشی جس میں ۱۴ خوراک دوا ہے صرف پانچ روپے (ص)

طلائے الماس

یہ عجیب و غریب طلاء ہے جس کے فوائد کا چرچا عام ہے۔ ہیرے جیسے قیمتی اجزاء سے خاص اہتمام سے تیار کیا جاتا ہے۔ عضو مخصوص کی ہر قسم کی خرابی رفع کرنے میں عدیم المثال ہے سست اور بے کار اعصاب ازسر نو تازہ ہو جاتے ہیں کجی، لاغری، کمزوری کو جلد رفع کرتا ہے اس کے چند روزہ استعمال سے دو ہفتہ کے اندر غیر معمولی قوت محسوس کرنے لگتا ہے۔

ترکیب استعمال:۔ ایک گولی کا ½ حصہ لعاب دہن میں گھس کر حشفہ اور سیون چھوڑ کر لگائیں اوپر سے پان باندھ دیں دوران استعمال میں جماع سے قطعی پرہیز۔

قیمت فی گولی صرف چار روپے (عہ)

قرص جریان جدید

جریان جیسے تباہ کن مرض کے لئے قرص جریان ایک نعمت ہیں جریان کا سبب خواہ کچھ بھی ہو یہ صحت میں اپنا معجزنما اثر دکھاتے ہیں۔ اعضائے تناسل کی بڑھی ہوئی حس کو اعتدال پر لا کر ان کو صحیح حالت پر لاتے ہیں اس دوا کی دو تین خوراکیں ہی کثرت احتلام کو روک دیتی ہیں غرض کہ یہ قرص جریان کثرت احتلام اور اس کے عوارض کا کامیاب اور مجرب علاج ہیں۔ **ترکیب استعمال**:۔ ایک ایک قرص صبح و شام تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ گرم، ترش، اور بادی اشیاء کا پرہیز۔

قیمت فی شیشی جس میں پچیس یوم کے استعمال کی دوا ہے دو روپے آٹھ آنے (عہ)

کشتۂ طلاء کلاں

اس سے قبل اس کشتہ میں سونے کے ذرات قائم و نمودار رہتے تھے جس کی وجہ سے اکثر طبیب
معزز صاحبان کا یہ اعتراض تھا کہ یہ کشتہ نہیں ہے۔ کشتہ وہ ہے جو خاک ہوجائے۔ اس لئے اب ہم نے
اس کو دوسری ترکیب سے تیار کیا ہے جو نہایت عمدہ مثل مسکہ اور بالکل غبار ہوگیا ہے اور فائدے میں
پہلے سے بہتر اور زیادہ مفید ثابت ہوا ہے۔ اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے۔ ارواح و حرارت غریزی
کی حفاظت کرتا ہے۔ جسمانی قوتوں کو قائم رکھتا ہے اور باہ کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اعلیٰ درجے کا مقوی اور
ہاضم ہے۔ **ترکیب استعمال:-** ۲ چاول یہ کشتہ بوب کبیر ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے
یا دوا المسک جواہر والی ۵ ماشے یا معجون جالی نوس لولوی ۴ ماشے یا مکھن دو تولے کے ساتھ استعمال
کیا جائے۔ بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں۔ مرغن غذا اور دودھ مکھن وغیرہ کا زیادہ استعمال مفید ہوگا
قیمت فی تولہ ایک سو بیس روپے (مالسے) فی ماشہ دس روپے۔ قرص ۵ اخوراک پانچ روپے

سفوف حیرت

فوری ضرورت کی چیز ہے شادی کے روز اگر کی
ضرورت ہے ایک خوراک سفوف یہ رات شام کو
کھائیے اور اگلی صبح ... خرّم و شاد کام مجمع احباب
میں آیئے یہ سفوف حکیم صاحب قبلہ کا خاص کام
کے لئے خاص عطیہ ہے بجلی کی سی قوت اس میں ضرب
میں پیدا کردی گئی ہے۔ بیان کیا جاتا ہے کہ اس
فوت کی بدولت اکثر حکماء جن کو یہ نسخہ معلوم تھا،
الایمان ... کے مقرب ہوگئے تھے اجزا بھی حیرت
انگیز ہیں اور نہایت گراں کا ... بعد فراہم ہوئے
ہیں جواہر، مشک اور عنبر اس کا خاص جزو ہیں،
اسی وجہ سے قیمت بھی زیادہ ہے لیکن یاد رکھنے کی
بات یہ ہے کہ اس کی ایک ہی خوراک وہ کام دے
دے گی جو دوسری ادویات مدتوں کے بعد بھی نہ
دے سکیں گی ایک سال میں ۳۰ روز کھا لیجئے، اور
کمزوری کی طرف سے بے فکر ہو جائیے۔ شادی سے
۳ روز پہلے شروع کر دیجئے اگر بہت زیادہ خرابی
ہو تو ۷ روز پہلے شروع کریں۔ **ترکیب استعمال**
ایک خوراک بوقت خواب ہمراہ بالائی استعمال
کریں۔ قیمت فی تولہ ۳۰،
سات خوراک صرف تین روپے (۳ے) ◆

خمیرہ زہر مہرہ

خفقان، وحشت، مالیخولیا اور مراق کے لئے نہایت
مفید ہے اور تشنگی کو دور کرتا ہے نیز تقویت قلب کے
لئے بھی بے مثل ثابت ہوا ہے۔ ۳ ماشہ صبح یا سہ پہر کو
استعمال کریں گرم و بادی اشیاء سے پرہیز۔ فی تولہ آٹھ آنے

حب احمر

قوت مردمی کا ضعف دور کرتی ہیں اور عام جسمانی کمزوری کے عوض قوت اور طاقت پیدا کرتی ہیں کمزوری خواہ جوانی میں ابتدائی شباب کی بے احتیاطیوں کی وجہ سے خواہ جوانی گذرنے کے بعد تقاضائے سن وسال کی وجہ سے ہو انسانی ہستی کے لئے ایک بڑی مصیبت ہے اور جن ادویہ سے کہ اس مصیبت کا چارہ ہو سکتا ہے ان میں سے یہ ایک بہتر چیز ہے۔ عالی جناب مسیح الملک مرحوم کے مجربات خاندانی میں سے ہے۔ **ترکیب استعمال**۔ جوانوں کو آدھی گولی رات کو سوتے وقت آدھ پاؤ گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔ بوڑھے آدمی ایک پوری گولی استعمال کریں۔ گھی اور دودھ بقدر برداشت ضرور استعمال ہو۔ دس بارہ روز تک استعمال کرنے کے بعد حالت سے اطلاع دی جائے۔ ترش اور بادی اشیا، نیز مجامعت سے ہنگام استعمال پرہیز کیا جائے۔ جاڑے کے موسم میں بلا ضرورت بھی جو لوگ استعمال کریں وہ آئندہ عمر میں اس کا فائدہ اٹھائیں گے، گرمیوں کے موسم میں گرم مقامات پر اس گولی کے استعمال کرنے کی اجازت نہیں۔ صرف گرمی میں پہاڑوں پر ٹھنڈے مقامات میں آدھی گولی صبح کو ناشتے کے بعد استعمال کی جائے۔ عام طور پر صرف موسم سرما میں اس کا استعمال مناسب ہے۔ زندگی میں صرف ایک بار ضرور یہ چالیس گولیاں استعمال کیجئے۔ **قیمت** فی ماشہ نو روپے (للعہ) فی درجن (دیڑھ) ✦

اکسیر سوزاک

یہ بازاری بری بیماری ہے ایک آفت ہے کہ کالے کوئی ہے یا عقرب اور کسی نے ناگ ہی پالے، یہ مانی ہوئی بات ہے کہ اس مرض کی ابتدا فاحشہ عورات سے ہی ہوئی ہے۔ اطبا نے اس مرض کو متعدی اور غیر متعدی مانا ہے۔ غیر متعدی کا نام طب میں حرقت البول ہے اور متعدی کا نام قرحہ مجری البول۔ غیر متعدی سوزاک چند مدہول نسخہ جات سے جاتا رہتا ہے لیکن پیشاب کی نالی میں جب زخم ہو جائے تو زیادہ توجہ کے ساتھ علاج کی ضرورت ہے۔ ہمدرد دواخانہ اس سعی پر قابل مبارک باد ہے کہ اس نے اکسیر سوزاک کے ذریعہ قرحہ کو بھر دیا ہے۔ اور سوزاک پر پورا قبضہ پالیا ہے۔ اب آپ کو اطبا کی ناز برداری اٹھانے کی ضرورت نہیں۔ "اکسیر سوزاک" منگائیے اور اس مرض سے نجات حاصل کیجئے۔ **ترکیب استعمال**۔ ایک خوراک صبح کو ایک شام کو پی لی جائے، دوران استعمال میں گڑ، تیل، ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ فروٹ وغیرہ زیادہ استعمال کریں۔ گرم اشیائے بھی پرہیز کریں۔ **قیمت** فی اونس کی شیشی صرف ایک روپیہ۔ ایک شیشی میں ۸ خوراک دوا ہوتی ہے ✦

اُدھی کر وہ نہیں چلتے جو کامل ہیں کسی فن میں
چھلک جاتا ہے پانی قاعدہ ہے اوچھے برتن میں

ماہوار طبّی رسالہ

چشمۂ حیات دہلی

نمبر ۱۱	مئی سنہ ۴۴ء	جلد ۹

عمرِ دراز حاصل کرنیکی کوشش

اخباروں میں آئے دن ایسے لوگوں کے حالات شائع ہوتے رہتے ہیں جن کی عمریں اتنی لمبی ہوتی ہیں کہ زندگی کا لطف اٹھاتے ہوئے انہیں ایک صدی سے زیادہ گزر چکی ہوتی ہے۔ اخباروں کے نامہ نگار اس قسم کے سن رسیدہ لوگوں سے مل کر درازیٔ حیات کے نسخے اور طوالتِ عمر بران کے خیالات بھی معلوم کرنے کی کوشش کرتے رہتے ہیں ان سے وہ یہ بھی پوچھتے رہتے ہیں کہ اتنی بڑی عمر حاصل کرنے کے اسباب اور وجہ کیا ہیں؟ اس قسم کے حضرات جو جواب دیتے ہیں ان میں یہی ہدایتیں ہوتی ہیں کہ "بڑی عمر حاصل کرنا چاہتے ہو تو یہ کرو اور وہ کرو، اس سے پرہیز کرو اور اس سے اجتناب کرو۔ ان طریقوں پر چلو اور ان راستوں سے بچو"

میں اس قسم کے لوگوں میں سے تو ہوں نہیں جو یہ یقین رکھتے ہیں کہ کوئی نسخہ ایسا بھی ہو سکتا ہے جس کی وجہ سے کافی عمر حاصل کرنے اور بڑھاپا بھی صحت وتن درستی کے ساتھ گذارنے کی ضمانت مل جائے۔ آج بھی ایک دو نہیں، سینکڑوں اور ہزاروں بڑی عمر کے ایسے لوگ موجود ہیں جو خود بھی یہ نہیں جانتے کہ وہ عمر کی اس منزل تک کیونکر پہونچ گئے، اور انہیں دوسروں پر عمر کے لحاظ سے اتنی فوقیت کیوں کر حاصل ہوگئی۔ بڑی عمر کے لوگوں کا عام طور پر یہی خیال ہوتا ہے کہ انہوں نے اس کے سوا اور کچھ نہیں کیا کہ سادگی کے ساتھ زندگی بسر کی ہے۔ ان لوگوں کا یہ خیال اور یہ حقیقت ہی میرے خیال میں درازیٔ عمر کا نسخہ اور بڑی عمر تک پہونچنے کی کنجی ہے۔

اس میں شک نہیں کہ بعض اسباب ایسے بھی ہوتے ہیں جو طبعی عمر حاصل کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ ان میں سے ایک سبب یہ بھی ہے کہ کسی شخص کے بڑے بوڑھے بڑی بڑی عمروں تک زندہ رہے ہوں تو اس کے متعلق بھی یہ توقع ہو سکتی ہے کہ وہ بھی اپنے باپ دادا کی طرح مدتوں زندہ وسلامت رہے گا۔ اکثر یہ توقع پوری بھی ہو جاتی ہے لیکن اس کا مطلب یہ نہیں سمجھنا چاہئے کہ چونکہ کسی شخص کے باپ دادا زیادہ عمر حاصل نہیں کر سکے ہیں لہٰذا اس کے لئے بھی ممکن نہیں کہ بڑی مدت تک زندہ رہ سکے۔ بعض ایسے لوگوں نے بھی بڑی عمریں پائی ہیں جن کے بڑے بوڑھوں

کی عمریں ان سے بہت کم تھیں۔ یہ بات یوں بھی سمجھ میں آسکتی ہے کہ آخر تمام انسان ہیں تو حضرت آدمؑ ہی کی اولاد۔ اگر اسلاف کی تقلید میں سب لوگ بڑی عمریں ہی حاصل کیا کرتے اور ہر باپ کی بڑی عمر تک پہونچنے کا اثر لازماً اس کی اولاد پر پڑا کرتا تو آج کوئی شخص بھی ایسا نہ ہوتا جو آٹھ سو نو سو سال سے کم زندہ رہتا۔ کیونکہ حضرت آدمؑ کی عمر کم و بیش ایک ہزار سال کی تھی۔ لیکن تاریخ شاہد ہے کہ حضرت آدمؑ کی اولاد ہی میں ایسے لوگ بھی ہوئے جو بہت تھوڑی عمر میں انتقال کر گئے۔ اور پھر ان کی اولاد میں ایسی ہستیاں بھی گذر چکی ہیں اور بہت سی آج بھی موجود ہیں جو دوسروں کے مقابلے میں زیادہ عمریں حاصل کرلیتی ہیں۔ ایک دوسرا طریقہ جو عمر میں ایک حد تک زیادتی کا سبب ہوجاتا ہے' یہ ہے کہ انسان کھانے پینے میں پوری سادگی ملحوظ رکھے۔ کھانے پینے ہی میں نہیں بلکہ رہنے سہنے ملنے جُلنے چال چلن اور لباس غرض تمام معاشرتی کاموں میں اعتدال اور سادگی کا لحاظ رکھا جائے۔ تیسری اہم اور ضروری چیز یہ ہے کہ انسان دن بھر کی محنت کے بعد رات کو مکمل آرام کرے اور گہری نیند سوئے۔ کھلی ہوا میں سانس لے اور دماغی اور جسمانی ورزشوں کا عادی رہ کر بدن میں چستی اور پھُرتی قائم رکھے۔

اگر ہم یہ چاہیں کہ بڑھاپے میں وقار اور متانت ہمارا ساتھ نہ چھوڑے تو ہمیں چاہئے کہ بڑھاپے کو قبول کریں۔ جو مرد یا عورتیں بڑھاپا آنے سے پہلے ہی ضعیفی کے خیال سے پریشان رہنے لگتے ہیں وہ گویا خود بڑھاپے کے وقار اور متانت کو اپنے ہاتھوں کھودیتے ہیں۔ اصل میں بڑھاپا تو جوانی سے بھی زیادہ حسن اور دل کشی رکھتا ہے۔ جوانی کا حسن کچھ نہ کچھ عارضی اور سطحی سا معلوم ہوا کرتا ہے لیکن بڑھاپے کی خوب صورتی میں خاص قسم کی پائیداری اور سنجیدگی ہوتی ہے، اگر اس میں غیر ضروری آرائش کو کوئی دخل نہ ہو۔

جسم کی صفائی اور آرائش کوئی بُری چیز نہیں، بشرطیکہ اس بات کا بھی خیال رکھا جائے کہ آرائش کے جو طریقے ہم عمل میں لاتے ہیں ان سے ہمارے حسن وجمال اور خوش نمائی میں واقعی اضافہ ہوتا ہے یا ہم میں اور بدنمائی پیدا ہوجاتی ہے۔

بعض بوڑھے مردوں اور عورتوں کو اپنے آپ کو جوان اور طاقت ور ظاہر کرنے کا خبط اور جنون یہاں تک ہوتا ہے کہ وہ اپنے اعضاء اور ان کی صلاحیت کا خیال کئے بغیر جسمانی ورزشوں، اچھل کود اور بھاگ دوڑ کے کاموں اور کھیلوں میں شریک ہوجاتے ہیں۔ انہیں

معلوم ہونا چاہیئے کہ ان کے قویٰ اس قسم کے کوند پھاند کی کسی طرح اجازت نہیں دیتے اور یہ عمل ان کے لئے بجائے مفید اور رغبت افزا ہونے کے مضر اور بعض اوقات خطرناک ثابت ہوسکتے ہیں

بوڑھوں کے لئے بلاشبہ ورزش اور حرکت ضروری ہے لیکن انہیں اپنی ورزشوں میں اعتدال اور مناسبت کا ضرور خیال رکھنا چاہیئے۔ درمیانی عمر کے لوگوں کو اعتدال کی اہمیت اور بھی اچھی طرح اور ذہن نشین رکھنے کی ضرورت ہے۔ نہ صرف ورزش کے معاملے میں بلکہ کھانے پینے کے معاملے میں بھی۔ کیونکہ عام طور پر دیکھنے میں آیا ہے کہ متوسط عمر کے لوگ خصوصیت کے ساتھ کھانے پینے کے معاملات میں اعتدال قائم نہیں رکھتے۔ جس کا افسوسناک نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی صحت خراب ہو جاتی ہے اور جسمانی نظام میں خلل پڑ جاتا ہے جو رفتہ رفتہ ان کی قوت حیات پر اثر ڈالتا ہے۔ اصل میں ادھیڑ عمر کے لوگ جو سب سے بڑا گناہ کرتے ہیں وہ عموماً یہی ہوتا ہے کہ وہ کھانے پینے میں اعتدال کو ہاتھ سے دے بیٹھتے ہیں مشہور ڈاکٹر اور ماہر طب سر ولیم اوسلو نے اپنی ایک اہم تقریر کے دوران میں کہا تھا کہ ساٹھ سال کی عمر کو پہونچ جانے کے بعد ہر شخص کو اپنی خوراک بہ تدریج کم کر دینی چاہیئے۔ یہاں تک کہ اس کی زندگی ایسی ہی ہو جائے جیسی کہ بچوں کی ہوتی ہے۔ اور جب وہ اس دنیا سے رخصت ہونے کو ہو تو اس کی خوراک اس سے زیادہ نہ ہو جتنی کہ اس وقت تھی جب اس نے اس دنیا میں پہلی مرتبہ آنکھ کھولی تھی۔ ا۔

انگریزی کا یہ مقولہ بالکل درست اور صحیح ہے "آخر عمر میں وہی زندہ رہ سکتا ہے، جو شیر خوار بچے کی خوراک پر دن گذارتا رہے"

بڑھاپے میں سادہ اور معمولی خوراک کو انسان زیادہ ہضم کر لیتا ہے۔ جوانی اور ادھیڑ عمر میں ثقیل اور مرغن غذائیں طاقت ور معدے والے انسان بھی اس قدر جلد ہضم نہیں کر سکتے جس قدر جلد سادہ غذا بوڑھے ہضم کر لیا کرتے ہیں۔ عمر کی زیادتی کے زمانے میں اوقات غذا میں تبدیلی ہونی چاہیئے یعنی اگر ۲-۳ مرتبہ غذا کھائی جاتی ہے تو اتنی ہی غذا چار یا پانچ مرتبہ میں کھائی جائے۔ اس سے ہضم میں کوئی خرابی بھی نہیں ہوتی اور غذا باقاعدہ جزو بدن ہوتی رہتی ہے۔ بوڑھوں کو اس کا بھی خیال رکھنا چاہیئے کہ وہ گوشت کھانا کم کر دیں۔ کیونکہ یہ جسمانی نظام پر اچھا اثر نہیں ڈالتا۔ خصوصاً ادھ گلا یا ثقیل گوشت تو چکھنا بھی نہیں چاہیئے بلکہ اس کے بجائے ہلکی اور زود ہضم ترکاریاں استعمال کرنی چاہئیں۔

بڑھاپے میں اول تو دانت ہی باقی نہیں رہتے اور جو رہ بھی جاتے ہیں، وہ اس لائق نہیں ہوتے کہ ان سے سخت چیزیں چبائی جاسکیں۔ لہٰذا بوڑھوں کو خاص طور پر ایسی غذاؤں سے پرہیز کرنے کی ضرورت ہے جو مقررہ وقت میں ہضم نہ ہوسکیں اور ان کی صحت پر مضر اثر ڈالیں۔ بوڑھے مردوں اور عورتوں کو اس کی فکر نہیں کرنی چاہئے کہ ان کے وزن میں اضافہ ہو اور وہ فربے ہوجائیں بلکہ انہیں تو اس کی ضرورت ہے کہ وہ ہلکے پھلکے اور چاق و چوبند رہیں۔

لوگوں میں عام طور پر یہ خیال پایا جاتا ہے کہ بڑھاپا تو "بلا رسیدہ" ہوتا ہے۔ حالانکہ یہ صحیح نہیں ہے بلکہ بڑھاپا تو اصل میں ایک قسم کی پونجی اور اثاثہ ہے جس کی نگہداشت کرنا ہر انسان کے لئے ضروری ہے۔

اصل میں صحت یافتہ بڑھاپا حاصل کرنے کی تیاری کا بہترین وقت بچپن کا زمانہ ہوتا ہے لیکن ہمارے اس خیال سے شاید ان لوگوں کو کچھ بھی قوت نہ پہونچ سکے جو جوانی میں قدم رکھ چکے ہیں۔ بہرحال ایسے افراد بھی جو بچپن کے دل کش دور سے آگے بڑھ چکے ہیں، یہ نہ سمجھیں کہ اب یہ تجاویز ان کے لئے مفید اور موزوں ہو ہی نہیں سکتیں۔ وہ تو بلکہ یہ محسوس کرکے اطمینان کا سانس لے سکتے ہیں کہ انہیں بچوں سے کہیں زیادہ تجربہ اور عقل حاصل کرلینے کا قدرت نے موقع مہیا کردیا ہے۔

اس موقع پر یہ ظاہر کردینا بھی نہایت ضروری معلوم ہوتا ہے کہ اکثر لوگ اس کی تو دلی تمنا رکھتے ہیں کہ وہ بڑی بڑی عمریں حاصل کریں لیکن کبھی اس طرف توجہ نہیں کرتے کہ زیادہ عمر کو پہونچنا ہی محض دل پسند کام نہیں بلکہ تن درستی اور صحت کے ساتھ عمر دراز حاصل کرنا اہم اور مفید کام ہے۔ اگر صحت کی خرابی، اعضاء کی نقاہت اور آئے دن کی بیماریوں اور عوارض کے ساتھ انسان سو سال نہیں بلکہ اس سے زیادہ عمر بھی حاصل کرے تو بتلایئے، اسے کچھ زندگی کا حقیقی لطف و راحت میسر آسکتی ہے؟ بلکہ وہ تو "افسردہ دل افسردہ کند انجمنے را" کے اصول پر جہاں بیٹھے گا وہاں کے لوگوں کو پریشان کرے گا۔ اور جس گھر میں ہوگا وہاں کے رہنے والے اس سے اُکتا جائیں گے۔ اگر اوائل عمر ہی سے اس قسم کی خرابیوں کے انسداد کی فکر شروع کردی جائے تو ممکن نہیں بلکہ بڑی حد تک یقینی ہے کہ آپ بڑھاپے میں اس قسم کے عوارض کے شکار نہ ہوں گے۔ بلکہ صحت مندی کے ساتھ عمر طبعی کو پہونچیں گے اور

آپ کے چھوٹے آپ کو بزرگ، اور قابل احترام اور تجربے کار سمجھتے ہوئے وقتاً فوقتاً آپ کی خدمت میں اس تمنا اور خواہش کے ساتھ ظاہر ہوں گے کہ زندگی کا سمندر عبور کرنے اور کامیابی کے ساتھ بسر کرنے میں آپ اپنے تجربات و مشاہدات کے پیش نظر کچھ ان کی مدد کریں۔ انہیں ایسی نصیحتیں اور ہدایتیں کر دیں جو ان کے لئے مفید ہوں اور وہ نہایت اطمینان و مسرت کے ساتھ اپنی زندگی تندرستی کے ساتھ بسر کرنے میں کامیابی حاصل کریں۔

اس جدید ترقی و ایجادات کے دور میں ایسے اشخاص کافی تعداد میں موجود ہیں جو اس جنون میں مبتلا رہتے ہیں کہ بوڑھے ہو جانے کے بعد پھر جوانی حاصل کرسکیں۔ اس سلسلے میں کوئی کایا کلپ کراتا ہے کوئی اپنے غدود میں پیوند لگوا کر جوان بننے کی کوشش کرتا ہے۔ لطف تو یہ ہے کہ اس موضوع پر متعدد کتابیں بھی آئے دن تصنیف ہوتی رہتی ہیں، اور پڑھے لکھے اچھے خاصے عقل مند اور سنجیدہ آدمی بھی کسی نہ کسی حد تک اس پر ایمان لے آئے ہیں کہ بوڑھا ہو جانے کے بعد کچھ دوائیں کھا لینے یا غدود وغیرہ بدلوا دینے سے آدمی ازسرنو جوان ہو سکتا ہے۔ تجدید شباب کا تجربہ ابھی خود اپنے ابتدائی دور میں ہے اور حقیقت تو یہ ہے کہ بڑھاپے میں جوان بننے کی کوشش کرنا پانی پر لکیر کھینچنے کے مترادف ہے۔ بڑھاپے کے بعد جوان بننے کی کوشش میں بسا اوقات انسان اتنا حاصل نہیں کر پاتا جتنا اپنی گرہ سے کھو بیٹھتا ہے۔

چند باتیں جذام کے متعلق

(۱) جذام یعنی کوڑھ اپنی نوعیت کی ایک بالکل جداگانہ بیماری ہے وہ نہ آتشک کی کوئی قسم ہے اور نہ سل کی۔ لیکن اس میں شک نہیں کہ جہاں تک اسباب مرض کا تعلق ہے وہ سل سے بہت ہی غیر معمولی مشابہت رکھتی ہے۔

(۲) کوڑھ ورثہ کے طور پر ماں باپ سے اولاد میں منتقل نہیں ہوتی اور زیادہ تر تو اسی وجہ سے اور کسی حد تک اس سبب سے کہ جذامی بالعموم لاولد ہو جاتے ہیں۔ اس مرض کا رجحان اکثر بطور خود ناپید ہو جانے کی طرف رہتا ہے۔

(۳) علمی گفتگو میں تو یقیناً اس بیماری کو متعدی اور اڑ لگنی بیماریوں میں داخل کرنا

فضائی حملہ اور جنگی گیسیں

(از جناب ڈاکٹر عبدالحمید صاحب)

مہیج الریہ گیس بڑی خطرناک ہے۔ اس لئے اس کی علامات پر بطور خاص توجہ کی ضرورت ہے۔ اس کی ابتدائی علامات اگرچہ حالات و مقدار گیس کے اعتبار سے تبدیل ہوتی رہیں گی۔ لیکن اس کی عام علامات یہ ہیں کہ حلق میں تشنج، کھانسی، قے اور سینے میں انقباضی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ تنفس اور رفتار مرض میں تیزی کے ساتھ ہی چہرہ نیلگوں ہو جاتا ہے اور بعض اوقات تین گھنٹے یا اس سے کم مدت میں پھیپھڑوں میں خطرناک علامات پیدا ہو جاتی ہے۔ ان حالات میں کامل آرام نہایت ضروری ہے اور اس بات کی ضرورت ہے کہ کوئی امداد اولین کا ماہر اس کی نگہداشت کرے۔

اس گیس کے مریضوں کے متعلق یہ احتیاط کرنی چاہیئے کہ ان کو فوراً لٹا دیا جائے، اور نقل و حرکت سے بالکل منع کر دیا جائے۔ ہر مریض کو اولاً وجع الصدر کی شکایت ہوتی ہے اور بعض کو اس کے ساتھ ہی کھانسی بھی شروع ہو جاتی ہے اور قے وغیرہ کا سلسلہ بھی شروع ہو جاتا ہے۔ ان حالات میں ہر مریض کو ہسپتال میں داخل کرا دینا چاہیئے۔ اس صورت میں اگرچہ مریضوں کی خبرگیری اور علاج قدرے مشکل اور پیچیدہ کام ہے۔ لیکن ہر صورت میں یہ انتظام کرنا چاہیئے کہ مریض بذریعہ اوکسیجن گیس سانس لے۔ موت کے اکثر واقعات شدید علامات کے ظہور کے بعد ۴۸ گھنٹے کے اندر ہوتے ہیں۔ بعض مہیج الریہ گیسوں میں التہاب الانف گیسوں کے خواص موجود ہوتے ہیں۔ خطرناک صورتوں میں یہ ضروری ہے کہ امداد اولین کے طور پر اس قسم کے مریضوں کو کامل آرام، اگرم ماحول اور ہسپتال میں رکھا جائے۔ ان مریضوں کو مصنوعی تنفس کی ضرورت نہیں چونکہ پھیپھڑوں پر زیادہ اثر ہوتا ہے اور ان میں پانی بھر جاتا ہے اس لئے مصنوعی تنفس فائدے کے بجائے نقصان کا موجب ہوگا بلکہ ممکن ہے کہ فوری موت کا ذریعہ بن جائے۔

معمولی مریضوں کو بے شک ان کے گھروں میں آرام سے لٹا دیا جائے لیکن اگر چند گھنٹے کے اندر ان کو افاقہ نہ ہو تو ڈاکٹر کا ملاحظہ نہایت ضروری ہے اور اگر ان مریضوں کے

متعلق کسی قسم کا شبہ ہو تو بہتر یہ ہے کہ ان کو امداد اولین کے مراکز میں رکھا جائے، تاکہ حسب ضرورت ان کو ہسپتال میں پہونچایا جا سکے۔ پھیپھڑوں کے مریضوں کو مندرجہ ذیل تین جماعتوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔

(۱) علامات شدید فوری حملے کے ساتھ

(۲) علامات شدید تدریجی حملے کے ساتھ

(۳) خفیف

اول الذکر کی صورت میں کھانسی، اختناق اور سانس لینے کے لئے تشنجی جد و جہد شروع ہو جاتی ہے گہرا سانس لیتے وقت درد اور تکلیف ہوتی ہے۔

ثانی الذکر کی مثال گذشتہ جنگ کے ایک واقعے سے ملتی ہے جسے ذیل میں درج کیا جاتا ہے۔

رات کے وقت دو کمپنیاں معروف عمل تھیں کہ رات کے تین بجے گیس بوں — غالبًا فاس جین — کی بارش شروع ہو گئی۔ سپاہی پیچھے ہٹ گئے لیکن ان میں سے صرف تین سپاہیوں نے بیماری کی شکایت کی۔ پانچ بجے انہوں نے ناشتہ کیا۔ تو ان میں سے اکثروں کو قے اور عسر تنفس کی شکایت پیدا ہو گئی۔ بعض تھوڑی دیر کے بعد سوتے ہوئے جاگے تو ان میں بھی اس قسم کی علامات موجود تھیں۔ اس کے بعد حالات زیادہ خراب ہو گئے اور ان میں سے اٹھارہ فی صدی اشخاص لقمۂ اجل بن گئے۔

خفیف کے متعلق بھی گذشتہ جنگ کا ایک واقعہ کفایت کرے گا۔

مورچوں میں دفعتًا بادل رونما ہو کر کھانسی کا سلسلہ شروع ہو گیا تشنجی سعال کے علاوہ قے کا میلان بھی پیدا ہو گیا۔ بعد ازاں ضعف، قلت جوع اور کثرت عطش کی علامات پیدا ہو گئیں۔ بعض کو سر دردی، وجع الاعضاء اور اسہال کا عارضہ بھی لاحق ہو گیا۔ غنودگی اور کسل کی شکایت عام تھی لیکن کوئی تشویشناک صورت پیدا نہیں ہوئی۔

آبلہ انگیز غازیں

آبلہ انگیز غازوں کے خواص واثرات سے واقفیت حاصل کرنا نہایت ضروری ہو ان کو پانچ نمایاں عنوانات کے ماتحت ترتیب دیا گیا ہے اس لئے عملہ امداد اولین کا فرض ہے کہ وہ اس فہرست کو جزو زندگی بنا لیں۔ فہرست درج ذیل ہے۔

(۱) **دوام و قوت**۔ یہ عام طور پر روغنی قسم کے سیال ہوتے ہیں۔ معتدل موسمی حالات میں اگر سورج کی حرارت سے محفوظ رہیں تو قریباً تین ہفتے تک قائم رہتے ہیں۔ اس تمام عرصے میں اس قسم کی گیسوں سے متاثرہ علاقوں میں نقل وحرکت خالی از خطرہ نہیں۔ اس لئے کہ اس سیال سے بتدریج ایک قسم کے خطرناک بخارات اڑتے رہتے ہیں۔ اس کی سمیت کا یہ حال ہے کہ ایک قطرہ ایک انچ کے برابر آبلہ پیدا کر دیتا ہے۔ ہوا کی ایک معین مقدار میں اس گیس کا ایک حصہ ایک گھنٹے کے اندر پریشان کن صورت حالات پیدا کرنے کے لئے کافی ہے۔ خاص کر آنکھوں پر اس کا زیادہ اثر ہوتا ہے۔

(۲) **اشیاء واجسام میں نفوذ**۔ قوتِ نفوذ بھی توجہ طلب ہے۔ یہ غاز جسم میں بالکل اسی طرح جذب ہو جاتی ہے جس طرح کاغذ جاذب سیاہی کو جذب کر لیتا ہے چکنی اور غیر مسامی اشیاء میں اس کا نفوذ کم ہوتا ہے۔ لیکن بدنِ انسان اس کو جذب کرنے میں بے حد مستعد ہے۔

(۳) **تدریجی نوعیت**۔ اس سے مقصود یہ ہے کہ خرولی غازیں بعض اوقات بالکل غیر محسوس رہتی ہیں۔ ممکن ہے کہ اس سے نہ تو کسی قسم کی بُو آئے اور نہ کوئی احتراقی کیفیت پیدا ہو۔ البتہ لیوی سائٹ گیس اپنی بو کی وجہ سے فوراً شناخت ہو سکتی ہے۔

(۴) **تاخیر عمل**۔ اس کی عجیب خصوصیت یہ ہے کہ اس کے بداثرات تو فوراً نمودار ہو جاتے ہیں لیکن اس نقصان کی مرئی اور قابل شناخت حیثیت کچھ عرصے کے بعد معلوم ہوتی ہے۔ اس لئے یہ ممکن ہے کہ کسی شخص پر اس کا اثر ہو جائے اور وہ متواتر چوبیس گھنٹے تک اس کو محسوس نہ کرے۔ خرولی گیس کے اثرات کی نمائش بالعموم چار سے لے کر آٹھ گھنٹے کے اندر اندر ہو جاتی ہے۔ لیکن لیوی سائٹ اس سے کم مدت میں اپنی علامات کو ظاہر کر دیتا ہے۔

(۵) **عمل عمومی**۔ اس کی خصوصیت یہ ہے کہ یہ سیال اور بخاراتی دونوں صورتوں میں جسم کے ہر حصے پر اندر اور باہر ہر جگہ اپنا اثر ظاہر کر دیتی ہے۔

آبلہ انگیز غازوں کے مضر اثرات

آبلہ انگیز غازوں کا اثر جسم کے مختلف مقامات وحصص پر مختلف ہوتا ہے۔ اس لئے کہ جسم کے بعض حصے زیادہ نازک اور حساس ہوتے ہیں چنانچہ وہ غازوں کے زہریلے اثرات سے متاثر ہونے کے لئے مقابلۃً زیادہ آمادہ ہوتے ہیں۔ علیٰ ہذا بعض اعضاء وحصص پر کم اثر ہوتا ہے۔

(۱) آنکھ:۔ سیال یا بخارات کے اثر سے آنکھ بہت جلد متاثر ہوتی ہے۔ اثر کے چند گھنٹے کے بعد آشوب چشم کا عارضہ لاحق ہوجاتا ہے۔ تقطیر حیثم کے بعد پپوٹے متورم ہوکر بند ہو جاتے ہیں۔ نہایت سخت درد شروع ہوجاتا ہے، اور روشنی نہایت بری معلوم ہوتی ہے۔ آنکھ کی مستقل خرابی یا بصارت سے دائمی محرومی بہت کم عمل میں آتی ہے۔ شفایابی کے بعد بعض مابقی آثار سے قوت باصرہ میں ضعف پیدا ہوجاتا ہے، اور اگر باقاعدہ علاج نہ کیا جائے تو زیادہ نقصان کا اندیشہ ہے۔

اگر سیال گیس کے قطرات آنکھ میں پڑجائیں تو فوراً خراش پیدا ہوجاتی ہے، اور اس کے بعد مذکورہ صدر علامات کا ظہور شروع ہوجاتا ہے۔ اگرچہ نہایت خطرناک حالات پیدا ہوجاتے ہیں لیکن نہ آنکھ ضائع ہوتی ہے اور نہ بصارت پر کوئی مضر اثر پڑتا ہے۔

(۲) نظام تنفس:۔ سیال گیس سے پیدا شدہ بخارات سانس کے ذریعے سانس کی نالی اور گلے میں ورم پیدا کردیتے ہیں۔ حلق اور منہ میں خشکی اور حرارت پیدا ہوکر نہایت زبردست کھانسی شروع ہوجاتی ہے۔ آواز خراب ہوکر التہاب الحنجرہ رونما ہوجاتا ہے زیادہ شدید حالت میں احتراق الریہ کے بعد التہاب الشعب پیدا ہوکر بعض اوقات نمونیہ بھی پیدا ہوجاتا ہے۔ یہ حالت صرف اس وقت پیدا ہوتی ہے جب کہ زیادہ عرصے تک بخارات کا اثر قبول کیا جائے۔ اور آلات تنفس کو استعمال نہ کیا جائے۔ بہرحال اگر یہ صورت پیدا ہوجائے تو یہ یقیناً خالی از خطرہ نہیں۔

(۳) نظام ھضم:۔ درد اور قے کے ساتھ ورم معدہ کی شکایت پیدا ہوجاتی ہے۔ یہ مرض گیس سے متاثرہ لعاب غذا یا پانی پینے سے پیدا ہوتا ہے۔ اگر ان اشیاء پر خاص سیال کا کوئی اثر نہ ہو تو یہ بالعموم بے خطر ثابت ہوتا ہے اور اگر سیال گیس کا اثر ہوگا

تو تشویشناک صورت حالات کا پیدا ہونا یقینی ہے۔

(۴) جلد (بدن)۔ جلد پر اس کے تین قسم کے اثرات ہوتے ہیں۔ اولاً جلد سرخ ہوجاتی ہے۔ ثانیاً آبلہ پیدا ہوجاتا ہے اور ثالثاً ناسور بن جاتا ہے۔

ناسور بننے کے لئے یہ ضروری ہے کہ گیس کافی مقدار میں ہو، اور عرصے تک اثر انداز رہی ہو۔ اگر گیس سیال صورت میں اثر انداز ہوئی ہے تو آبلوں کا پیدا ہونا بالکل یقینی ہے جسم کے ان حصص پر بخارات کا زیادہ اثر ہوتا ہے جو معتدل [illegible] پر مرطوب ہوں مثلاً کہنیوں، گھٹنوں اور بغلوں کے جوڑ وغیرہ۔ اعضائے رئیسہ بھی ان اثرات کو قبول کرنے کے لئے زیادہ مستعد ہیں اگر اثر زیادہ شدید ہو تو شفایابی کے بعد بھی خاکی رنگ کے دھبے عرصہ تک قائم رہتے ہیں۔ گذشتہ جنگ میں اس گیس سے قریباً دو فی صدی اموات ہوئی تھیں۔

آبلہ انگیز گیس کے لئے امداد اولین

ان گیسوں کے سلسلے میں امداد اولین اور اصل علاج میں بے حد اختلاف ہے۔ چنانچہ امداد اولین کو دو حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے

(۱) امداد اولین محض

(۲) انسدادی علاج

آنکھیں:۔ اگر آبلہ انگیز گیس کا اثر آنکھوں پر ہو تو ان کو محض گرم پانی، سیلائن یا سوڈیم بائیکاربونیٹ (ایک پائینٹ میں ۔ اگرین ملا کر) کے حل میں دھونا چاہئے۔ اس کا طریق یہ ہے کہ ایک وسیع برتن، ربڑ کی نالی اور میزاب (ٹونٹی) کے ساتھ آنکھوں کو اچھی طرح صاف کیا جائے۔ اور یہ عمل اثر پذیری کے فوراً بعد شروع ہوجانا چاہئے۔ پپوٹوں کے سروں پر تھوڑی سی ویسلین بھی لگا دی جائے۔ اور بہتر یہ ہے کہ پپوٹوں کو متورم ہو کر چپکنے سے بچانے کے لئے پیرافین کے چند قطرات آنکھ میں ڈال دیئے جائیں۔ یہ یاد رہنا چاہئے کہ آنکھیں سیال اور بخارات کے اثر کو بہت جلد قبول کرتی ہیں۔

(۲) سانس کی نالیاں:۔ سانس کی نالی حلق اور منہ کے متاثر ہونے کا مطلب یہ ہے کہ مریض عرصے تک گیس کی کافی مقدار میں رہا ہے۔ یہ صورت حالات چونکہ نازک ہوتی ہے اس لئے ایسے مریضوں کو امداد اولین کا تختۂ مشق بنانے کے بجائے [illegible]

ہسپتال میں داخل کر دینا چاہئے۔ کیونکہ اکثر اموات گیس کے زہریلے اثرات کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ خشک، شدید، اور خون آلود کھانسی اس کی ابتدائی علامات ہیں۔ لہٰذا ان علامات کے ظاہر ہوتے ہی مندرجہ صدر ہدایات پر عمل کیا جائے۔

(۳) **نظام ہضم**:- اس حالت میں درد معدہ کے ساتھ قے کا آغاز ہو جاتا ہے اس کا عارضی علاج یہ ہے کہ ایک پائینٹ میں ۱۰ گرین سوڈیم بائی کاربونیٹ حل کر کے ذرا گرم گرم پلایا جائے۔ چونکہ یہ صورت بھی خالی از خطرہ نہیں، اس لئے بہتر یہ ہے کہ امداد اولین کے بجائے ایسے مریضوں کو فوراً ہسپتال میں داخل کرا دیا جائے۔

(۴) **جلد بدن**:- جلد بدن کے متاثر ہونے کی صورت میں "امداد اولین محض" اور "انسدادی علاج" پر توجہ کرنے کی ضرورت ہے۔ گیس خلیات بدن میں داخل ہو کر اپنی قوت نفوذ کے باعث اپنے سمی اثرات کو تمام بدن میں پھیلا دیتی ہے۔ امداد اولین کے نقطۂ نظر سے مندرجہ ذیل امور خاص طور پر اہم ہیں۔

(۱) کیا گیس کے اثر کو اتنا وقت گذر چکا ہے کہ وہ جلد بدن میں نہایت اچھی طرح داخل ہو چکی ہے اور اس کے مضر اثرات کا انسداد ناممکن ہو گیا ہے۔

(۲) زہر کے عمل کو کیونکر روکا جا سکتا ہے۔

آبلہ انگیز گیس کے اثرات کو روکنے کے لئے وقت کا اندازہ نہایت ضروری ہے۔ اس لئے کہ گیس کے اثر کو جس قدر کم مدت ہوگی، اتنا ہی اس کا مؤثر علاج ہو سکے گا۔ اس کے اثر کو اولاً بذریعہ فاد دفع کیا جا سکتا ہے اور دوسرے مصنوعی طریقوں سے لباس اور جلد بدن کو صاف کیا جا سکتا ہے۔ اگر گیس کا اثر ہوتے ہی پانچ منٹ کے اندر کوئی انسدادی تدبیر اختیار نہ کی جائے تو زہر تمام جسم میں پھیل جائے گا۔ گیس کے زہریلے اثرات کو دور کرنے کے لئے سب سے مؤثر فاد کلورین ہے۔ کلو رائڈ آف لائم کو بھی بصورت مرہم استعمال کیا جا سکتا ہے۔ اس کو تیار کرنے کا طریق یہ ہے کہ بلیچ (Bleach) اور پانی کو برابر مقدار میں ملا کر حل کر لیا جائے۔ اور اگر اس میں پٹرولیم جیلی اور ویسلین بھی ملا لی جائے تو بہتر ہے اس مرہم کو مقام ماؤف پر ایک منٹ تک مل کر کپڑے یا صابن اور پانی کے ذریعے صاف کر دینا چاہئے۔ دوا کے متعلق یہ احتیاط کرنی چاہئے کہ وہ آنکھوں میں نہ پڑے اور جس کپڑے سے موضع کو صاف کیا جائے اس کو جلا دینا بہتر ہے۔

آبلہ انگیز گیس دراصل دو گروہوں میں منقسم ہے ۔

(۱) خردلی گیس ۔

(۲) لیوی سائٹ گیس ۔

اگرچہ دونوں گیسیں مشترک النوع ہیں لیکن جزئیات میں قدرے اختلاف ہے جس کو بصورت ذیل ظاہر کیا جا سکتا ہے ۔

"خردلی گیس"	"لیوی سائیٹ"
(۱) تدریجاً اثر کرتی ہے	(۱) موجودگی فوراً معلوم ہو جاتی ہے ۔
(۲) بو خفیف لیکن معین نہیں ہوتی ۔	(۲) غرانیون کی خاص بو ہوتی ہے ۔
(۳) جسم کے کسی خاص حصے (آنکھ کو چھوڑ کر) پر فوری اثر نہیں کرتی ۔	(۳) بخارات کا ناک پر التہابی اور احتراقی اثر ہوتا ہے ۔ سیال جلد بدن پر اثر انداز ہوتا ہے اور اگر آنکھ میں کوئی قطرہ پڑ جائے تو ناقابل برداشت درد شروع ہو جاتا ہے
(۴) گرم یا سرد پانی کا استعمال کئی ہفتوں تک بھی مفید ثابت نہیں ہوتا ۔ البتہ کھولتا ہوا پانی اس کے اثر کو زائل کر دیتا ہے ۔	(۴) ہر قسم کا پانی اس کے اثرات کو دور کر دیتا ہے ۔
(۵) احتراقات کو روکنے کے لئے سفید مرہم کا فوری استعمال ضروری ہے ۔	(۵) احتراق بدنی میں تو مفید ہے لیکن سفید مرہم بے کار ہے ۔
(۶) بے حد ثابت اور دائم الاثر ہے ۔	(۶) زیادہ ثابت نہیں اس لئے کہ اس میں پانی شامل ہوتا ہے ۔
(۷) اکثر عمومی نہیں ہوتا بلکہ ایک خاص مقام اور جگہ کے ساتھ مخصوص ہوتا ہے ۔	(۷) اگر جلد بدن پر گیس زیادہ مقدار میں لگ جائے تو احتراق کے ساتھ ہی سمی اثرات بھی شروع ہو جاتے ہیں ۔
(۸) آبلوں کو پھوڑنا نہیں چاہئے ۔	(۸) چونکہ آبلوں میں زہر ہوتا ہے اس لئے ان کو پھوڑ دینا چاہئے ۔

شدید حالات میں ابتدا اس طرح ہوتی ہے کہ نہایت زبردست خارش کا حملہ

ہوتا ہے۔ چونکہ خارش زیادہ رات کے وقت ہوتی ہے اس لئے بے خوابی کے باعث بے چینی بڑھ جاتی ہے۔ اس خارش کا علاج بے حد مشکل ہے۔ بہر حال مندرجہ ذیل محلول استعمال کئے جا سکتے ہیں:۔

پوٹاسیم پرمنگنیٹ ۱/۱۰۰۰

ٹنکچر آف آیوڈین چند قطرے یا ½ پائنٹ

سوڈیم کاربونیٹ سپورٹیڈ سولیوشن

لوئیو کینی

کوئی فرار لوشن

متأثرہ مقام کی تنشیف کے بعد اس کو صاف تولئے سے خشک کر دینا چاہئے اس کے بعد مندرجہ ذیل سفوف کارآمد ثابت ہوگا:۔

زنک اوکسائیڈ
سٹارچ
بورک ایسڈ
} ہم وزن ملا کر سفوف بنا لیا جائے

اگر آبلے نکل آئیں تو جب تک معقول طبی تدابیر فراہم نہ ہو جائیں ان کو توڑا نہ جائے اور اگر یہ یقین ہو کہ یہ آبلے لیوی سائیٹ گیس کا نتیجہ ہیں تو ان کو ضروری آلاتِ جراحیہ کی امداد سے کھول کر اس جگہ کو صاف کر دینا چاہئے۔ صفائی خیال نہایت ضروری ہے۔ اگر آنکھ متاثر ہو گئی ہو تو اس کے لئے حجاب الچشم eye shade کا استعمال ضروری ہے پٹی سے احتراز کیا جائے۔

(صفحہ ۱۰ کا بقیہ)

پڑے گا لیکن یہ واقعہ ہے کہ چھوت چھات کے ذریعے سے یہ بہت کم پھیلتی ہے۔

(۴) یہ خیال بالکل غلط ہے کہ کوڑھ بعض مخصوص کھانوں کے استعمال سے پیدا ہو جاتی ہے یا اس کا تعلق کسی مخصوص پیشے یا مخصوص آب و ہوا سے ہے۔ یہ بھی صحیح نہیں ہے کہ صفائی اور ستھرائی کا خیال نہ رکھنے سے وہ پیدا ہو جاتی ہے۔ نہ یہ کہنا صحیح ہے کہ کسی مخصوص انسانی نسل یا قوم کے ساتھ اس کو کوئی خصوصیت ہے۔

مجرّبات

(از جناب حکیم سید محمد آسد علی صاحب آنریری مجسٹریٹ دہلی)

اکسیر سعال مزمن

بہیہ	ایک تولے
کتیرا	ایک تولے
مغز کدو شیریں	ایک تولے
مغز بادام شیریں	ایک تولے
تخم خشخاش	ایک تولے
طباشیر	ایک تولے
جائفل	تین ماشے
جاوتری	۳ ماشے
زعفران	۲ ماشے
رب السوس اصلی	ایک تولے
کہیر سار	ایک تولے
فلفل دراز	۶ ماشے
اجوائن خراسانی	ایک ماشے
کہربائے شمعی	ایک تولے
شہد	ایک پاؤ
مصری	آدھ پاؤ

ترکیب تیاری :- مغزیات کو سل بٹے پر باریک پیس لیں۔ زعفران کو عرق گاؤزبان میں کھرل کرلیں۔ اور کہربا کو میدہ کھرل میں باریک کرلیں۔ باقی خشک دواؤں کا سعوف تیار کرلیں۔ پھر شہد اور مصری کا قوام تیار کرکے دواؤں کا سعوف اس میں ڈال کر ڈالی سے گھونٹ دیں۔ زعفران اور کہربا بعد میں ملائیں۔

مقدار خوراک ۶ ماشے ہے صبح کو کھائیں یا رات کو سوتے وقت۔

فوائد :- سعال مزمن (اکیوٹ برو نکائٹس) کے لئے یہ چٹنی اکسیر ہے۔ اس کے علاوہ شدید کھانسی، بار بار ستانے والی کھانسی اور نمونیا میں اس سے فائدہ پہونچتا ہے ٭

(از جناب حکیم محمد محفوظ عالم صاحب قریشی دہلی)

لعوق جامع النفع

زوفا خشک	ایک تولے
اصل السوس مقشر	ایک تولے
گاؤزباں	ایک تولے
گل گاؤزبان	ایک تولے
تخم خطمی	ایک تولے
تخم خبازی	ایک تولے
سپستاں	ایک تولے
عناب	ایک تولے
ابریشم مقرض	ایک تولے

اسطوخودوس	ایک تولے
تخم حلبہ	ایک تولے
بیخ سوسن	ایک تولے
مویز منقیٰ	ایک تولے

ترکیب تیاری:- رات کو پانی میں بھگوئیں صبح جوش دے کر چھان لیں اور

مصری	ایک چند
شہد خالص	دو چند

شامل کرکے قوام بنائیں، اور آخر قوام میں صاف کیا ہوا شیرہ مغز املتاس ۷ تولے ملا دیں۔ اس کے بعد

مغز بادام شیریں مقشر	۱۰ تولے
مغز تخم کدوئے شیریں	۵ تولے
مغز تخم خیارین	۱۰ تولے
مغز پستہ	۱۰ تولے
مغز چلغوزہ	۱۰ تولے
مغز باقلا	۹ ماشے
مغز پنبہ دانہ	۹ ماشے
بیدانہ شیریں	۹ ماشے
رب السوس	۹ ماشے
شکر تیغال	۶ ماشے
کاکڑا سینگی	۶ ماشے
تخم کتاں	[illegible] ماشے
سپستاں	۶ ماشے
تخم خطمی	۶ ماشے
برگ گاؤزباں	۶ ماشے
صمغ عربی	۶ ماشے
کتیرا	۶ ماشے
خشخاش سفید	۶ ماشے

خوب باریک کیا ہوا داخل قوام کریں۔ بس تیار ہے۔ ٹھنڈا ہونے پر شیشے کے مرتبان میں رکھ لیں۔

ترکیب استعمال و فوائد:- نمونیا، دمہ، نزلہ، زکام، اور کھانسی میں لعوق ۲ تولے کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولے میں جوش دے کر پلائیں۔ بچوں کی کھانسی میں دن میں چند بار تھوڑا تھوڑا چٹائیں۔ حاملہ عورتوں کو غذا کے بعد دونوں وقت ایک ایک تولے چاٹ لینا چاہیئے۔ رفع قبض کے لئے ۲ تولے لعوق سوتے وقت گرم پانی کے ساتھ کھلائیں

الغرض ہر عمر اور ہر حالت کے لئے مفید و بے ضرر دوا ہے جو کاغذ پہ رکھ دیا ہے کلیجہ نکال کے۔

(از جناب حکیم ڈاکٹر جوتی پرشاد صاحب بنارس)

معجون مقوی دماغ

پوست بلیلہ	ایک تولے
پوست ہلیلہ	ایک تولے
پوست آملہ	ایک تولے
تودری سفید	ایک تولے

برنج کشنیر	ایک تولے
گل سرخ ضلی	ایک تولے
گل گاؤزبان	ایک تولے
گل اسطوخودوس	ایک تولے
کتیرا	ایک تولے
بہمن سفید	ایک تولے
برنج بادیان	ایک تولے
دانہ الائچی خورد	ایک تولے
طباشیر کبود	ایک تولے
مغز بادام شیریں مقشر	۰۲ تولے
مغز تخم کدوئے شیریں	۰۲ تولے
مغز تخم تربوز	۰۲ تولے
مغز تخم خیارین	۰۲ تولے
مغز چلغوزہ	۰۲ تولے
مغز اخروٹ	۰۲ تولے
خش خاش سفید	۰۲ تولے
گل منڈی	۰۲ تولے
ورق نقرہ	۱۰۰ عدد
قند سفید	سوا سیر

بطریق معروف معجون تیار کریں اور ۹ ماشے کی مقدار میں دودھ کے ساتھ کھائیں۔

فوائد:۔ حافظے کو بڑھاتی ہے دماغ کو قوت دیتی ہے، اور نسیان کو دور کرتی ہے دماغی کام کرنے والوں کے لئے بہترین چیز ہے

(از جناب ڈاکٹر عبدالحمید صاحب چغتائی لاہور)

اکسیر فقر الدم

مویز منقیٰ	سوا سیر
کو پانی	۱۰ سیر

میں اس قدر جوش دیں کہ چوتھائی پانی باقی رہ جائے اس کو ٹھنڈا کرکے اور مل چھان کر اس میں یہ چیزیں ملائیں

مصری	سوا سیر
دارچینی	۲ تولے
دانہ الائچی خورد نیم کوفتہ	۲ تولے
ناگ کیسر	۲ تولے
تیج پتر	۲ تولے
دارڈنگ	۲ تولے
گل خیرو	۲ تولے
مرچ سیاہ	ایک تولے
فل فل دراز	ایک تولے

مٹی کے برتن میں رکھ چھوڑیں۔ ایک مہینے کے بعد چھان لیں۔ دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد ڈھائی ڈھائی تولے پی لیا کریں۔

فوائد:۔ خون کی کمی کے لئے اس کا استعمال بے حد مفید ہے +

(از جناب حکیم سید محمد یوسف علی صاحب کانپور)

حب ہاضم

پوست ہلیلہ زرد	بلیلہ

سنا رکی	اجوائن
فلفل دراز	آملہ
نمک سیاہ	زنجبیل
نمک لاہوری	پیپلا مول

تمام دوائیں ہم وزن لے کر سفوف بنالیں پھر کاغذی لیموں کے رس میں کھرل کر کے جنگلی بیر برابر گولیاں بنالیں، اور دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد ایک ایک گولی کھا لیا کریں۔ فوائد:۔ یہ گولیاں بھوک خوب لگاتی ہیں۔ کھانا جلد ہضم کر دیتی ہیں اور پیٹ کی اکثر شکایتیں ان کے استعمال سے رفع ہوجاتی ہیں ◆

از جناب حکیم قاضی محمد اسرار حسن صاحب قاضی پوری

قطور شب کوری

کچی سرتی (تمباکو)	۲ ماشے
چونا خوردنی	½ ماشے

دونوں کو خوب مل ڈالیں۔ پھر

صاف پانی	ایک تولے

میں ملا دیں اور کسی موٹے کپڑے میں چھان کر دو تین قطرے آنکھ میں ڈالیں۔

فوائد:۔ شب کوری کے لئے نہایت ہی زود اثر دوا ہے۔ ضرورت مند اصحاب ضرور تیار کر کے استعمال کریں ◆

از جناب حکیم صوفی عبدالمجید صاحب شمس امرتسر

سفوف جریان

گوند کیکر	ایک تولے
گوند کتیرا	″
گوند سہانجنہ	″
گوند بادام	″
گوند سنبھل	″
گوند ڈھاک	ایک تولے
تودری سفید	″
تودری زرد	″
تخم کاسنی	″
تال مکھانہ	″
گوکھرو کلاں	ایک تولے
شقاقل مصری	″
گل سپیاری	″
نوفل دکھنی	″
کشتہ قلعی سیمابی	ایک تولے
ثعلب مصری	۵ تولے
مصری کالپی	۲۱ تولے

بہ ترکیب معروف سفوف تیار کریں۔ خوراک بقدر ایک تولے ہمراہ شیر گاؤ تازہ کے استعمال کریں۔ ترشی، بادی اور تیز اشیاء سے پرہیز۔

فوائد:۔ جریان کو چند روز میں دفع کر کے مادہ تولید کو غلیظ کرتا ہے۔ ضعف باہ کو دور کرتا ہے۔ بارہا کا مجرب ہے ◆

خانہ داری

سنگھاری ہدایات

چہرے کی جلد خشک ہو تو بستر پر سونے کے لئے لیٹنے سے قبل تھوڑا سا بادام روغن یا بتلی کی ہوئی گلیسرین یا روغن زیتون احتیاط سے جلد پر ملو۔ تھوڑا سا ملنا کافی ہے۔ کیونکہ مقدار کے مقابلے میں اس قدر مفید ہوتا ہے جو پوری طرح جلد کے اندر جذب کیا جائے۔ جلد پر اس کی تہ لگا دینا ٹھیک نہیں۔ اس سے جلد میں جھُرّیاں نہیں آنے پاتیں۔ اگر جھریاں قبل از وقت آجائیں تو تیل یا کریم کی بجائے جلد کسنے والا لوشن لگایا جائے۔ اگر جلد چکنی رہتی ہو تو تیل یا کریم لگانا ضروری نہیں اور ان کی جگہ جلد کسنے والا لوشن ہی لگائیں، اس کے بعد سو جائیں۔ نیند بھی خوب آئے گی۔

ہر وہ چیز جس میں الکلی (سجی) ہوگی جلد پر صفائی اور نرمی پیدا کرے گی۔ یہی وجہ ہے کہ ملک آف مگنیشیا والی کریمیں بہت مفید ہیں وہ میل کچیل کو بھی دور کر دیں گی، جس کی وجہ سے کیل مہاسے وغیرہ نکل آتے ہیں اور بعد کی بناوٹ میں بھی رعنائی پیدا کر دیں گی، جن کے منہ پر مہاسے وغیرہ نکلتے رہتے ہوں وہ پاؤ بھر کی بوتل لیں اور اس میں عمدہ گندھک اور سپرٹس آف کیمفر مساوی مقدار میں بھر لیں۔ ہر شب کو مہاسوں پر اسے ملیں۔ صبح کو سنگھار کے بعد مہاسوں پر بھی ملیں۔ کپڑا ذرا گیلا کر کے زائد سفیدی دور کر دیں۔ ہوشیاری سے ایسا کرنے سے مہاسے چھپ جائیں گے۔ جب تک گندھک دھو کے یا مل کے ہٹا نہ دیا جائے وہ پوشیدہ ہی رہیں گے۔ اس عرصے میں گندھک مہاسے کو دور کرنے میں مصروف رہے گی۔ بوتل میں سے کافور اڑنا شروع ہو جائے اس میں اور ڈال دیں۔ ایک وقت میں تھوڑا سا ملا کے اسے ملائی کی صورت میں قائم رکھیں۔

عورت کو ضرورت سے زیادہ پوڈر لگانے سے زیادہ کوئی چیز بڑی عمر کا نہیں بناتی اور تھوڑے سے روز بڑے احتیاط سے لگانے سے زیادہ کوئی چیز اسے موزوں نہیں بناتی۔ عورتوں کی رعنائی مصنوعی سنگھار پر منحصر نہیں بلکہ فقط ان کی احتیاط پر اس کا دار و مدار ہے یہ چیزیں جن سے وہ فائدہ اٹھا سکتی ہیں یہی ہیں۔ روغن زیتون، گلاب کا پانی (روز واٹر) تازہ لیموں، ورچ ہیزل، لئی کا آٹا (روٹ میل)، برف۔

عورت کو عمر بڑھیا نہیں بناتی بلکہ پیٹے بناتے ہیں۔ اور آئینے میں زمانۂ ماضی کی تازگی دیکھنے کے لئے نظر ڈالتی ہے لیکن تھکن اور پژمردگی دیکھ کے گھبرا جاتی ہے۔ سانس لینے اور تازہ ہوا کھانے کا علاج کم خرچ اور بالا نشین ہے۔ کمرے کی کھڑکی کے سامنے بہت ہلکے کپڑوں میں کھڑی ہو کے نتھنوں کے ذریعے ایک گہرا سانس آہستہ آہستہ لیں، اسے روک لیں سختی کو دخل نہ دیں اور آہستہ آہستہ سانس کو نکال دیں اور رات کو پانچ منٹ تک یہ مشق کریں۔ سینہ تان کے رکھیں، اور اندر سانس لیتے وقت پیٹ کو اندر کھینچیں اور سانس خارج کرتے وقت سینہ چھوڑ دیں اور کوڑی کو اندر کھینچیں۔

بازوؤں کی جلد خشک ہو کے اس پر چٹخنے کے نشان پڑ جاتے ہیں تو جلدی Skin اور پٹھوں (Tissue) کی کریم لگائیں۔ رات کو لگا کے رات بھر لگی رہنے دیں۔

گلیسرین روز واٹر اور لیمن جوس (لیموں کا رس) لگانے سے ہاتھ ملائم اور سفید ہو جاتے ہیں۔ چہرے پر گبس کولڈ کریم سوپ Gibbas cold cream soap لگائیں۔ ایکس بیزن X-Bazin سے بال دور ہو جاتے ہیں۔ البتہ اسے چہرے پر نہ لگائیں تھوڑے سے دودھ میں گندھک کے چند پھول ڈال کے چند گھنٹے پڑے رہنے دیں۔ جب گندھک بیٹھ جائے تو ملائم روئی کو اس میں ڈبو کے چہرے پر لگائیں۔ اس طریقے سے خوش نمائی آجائے گی۔ ملائم جلد دونوں کو دھوپ میں نکلتے وقت کریموزن (Cremozone) لگانی چاہئے جلد سفید معلوم ہوگی لیکن چھتری کا استعمال کریں۔

چہرہ رگڑ کے صاف کرنے سے جلد کے ریشے بگڑ کے جلد کی بناوٹ خراب ہو جاتی ہے۔ علاوہ ازیں مسام بالکل کھل جاتے ہیں جس کی وجہ سے گرد و غبار کے ذرے فوراً ان میں آگھستے ہیں۔ چہرہ صاف کرنے والی کریم نرمی سے چہرہ صاف کر دیتی ہے۔ مگر یہ بھی کیسی ہی نفیس ہو، اگر اس کے ذرے مساموں میں رہ جائیں تو ان پر بھی گرد بیٹھ بیٹھ کے سخت نقصان پہونچاتی ہے۔ چہرہ چکنا چکنا معلوم ہونے لگتا ہے۔ نہایت باریک کاغذ یا ململ انگلیوں کے گرد لپیٹ کے اوپر کے رخ چہرے پر ہلکے ہلکے پھیریں حتےٰ کہ ساری چکنائی دور ہو جائے اس کے بعد پوڈر لگانا چاہئے۔

چھلکوں کے فوائد کیلے کے چھلکوں میں اس قسم کا تیل ہوتا ہے جس سے اسباب صاف چمک دار کئے جا سکتے ہیں اور چمڑا بھی چمکایا جا سکتا

ہے۔ جن بھورے چمڑے کے جوتوں پر دھبے پڑ جائیں ذرا دیر میں صاف ہو جاتے ہیں اور چمڑے کے سامان پر جو بدنما ہو گیا ہو کیلے کے چھلکے کا اندرونی حصہ ملیں خوبی آجائے گی۔

لیموں کے چھلکے سنگھار کے لئے بہت کارآمد ہیں۔ ہاتھوں پر ملئے سفیدی آجائے گی۔ چہرے پر ملئے رعنائی پیدا کرنے کے علاوہ داغ چھیپ وغیرہ دور کر دے گا۔ انگوروں کے چھلکے بھی چہرے کی دل کشی کے لئے مفید ہیں، انہیں کسی برتن میں ڈال کر پانی بھر دیں اس سے منہ دھویا کریں۔ سنگترہ کاٹ کے پودوں میں رکھ دیں۔ کیڑے مکوڑے اس کے نیچے جمع ہو جایا کریں گے۔ انہیں بعد میں آسانی سے تلف کیا جا سکتا ہے۔

جلد کی رعنائی

ٹماٹر کا رس چہرے کے روپ کے لئے عجیب چیز ہے۔ تازہ ٹماٹر کے دو ٹکڑے کریں۔ کٹا ہوا حصہ چہرے پر ملیں۔ سٹرابری بھی یہی فائدہ دیتی ہے اس کا رس جھائیوں کے لئے مفید ہے۔ پالک کے ساگ Spinach کا پانی چہرے کے لئے اکسیر ہے۔ اگر ہاتھ خراب ہو گئے ہوں یا انگلیوں پر سیاہی کے دھبے پڑ گئے ہوں لیموں کا رس فوراً انہیں صاف کر دے گا۔

چہرے کی شکنوں کے لئے انڈے کی سفیدی خوب پھینٹیں اور اسے چہرے پر ہلکے ہلکے لگائیں اور خشک ہونے دیں۔ بیس منٹ بعد دھو ڈالیں اور پھر ملائم روئی گلاب کے پانی (روز واٹر) میں ڈبو ڈبو کے چہرے پر نرم نرم لگائیں۔ جن کی جلد خشک ہو وہ تازہ انڈے کی زردی تھوڑے سے روغن بادام کے ساتھ پھینٹیں حتیٰ کہ مرکب گاڑھا اور ملائی سا ہو جائے۔ چہرے پر پھیلا کے ۲۰ منٹ کے بعد گرم پانی سے دھو ڈالیں پھر سنگھاری اشیأ حسب معمول لگائیں۔ بال گرتے ہوں تو زردی میں خالص کیسٹائل صابن (Castile Soap) ملا کے سر کے بال خوب ملیں اور پانی سے خوب دھاریں اور ممکن ہو تو کھلی ہوا میں سر خشک کریں۔ آپ بالوں کی چمک دیکھ کر حیران رہ جائیں گی بالخصوص اس وقت جب کہ بال ملنے سے پہلے آپ نے سر میں گرم روغن زیتون مل لیا ہو۔

چکنی جلد والوں کے لئے جئی کا آٹا (Oatmeal) ایک چمچے کے مثل کی ہتھیلی میں ڈالیں، اور گرم پانی میں ہلکے ہلکے گھولیں۔ پانی ملائم ہو جائے گا اور ایسے پانی سے باقاعدہ چہرہ دھونا چہرے میں ایک خاص دل کشی پیدا کرتا ہے۔ جن کی جلد بہت نازک ہو انہیں چاہیئے کہ خالص کیسٹائل سوپ یا باریک باریک چھیل کے آٹے میں ملائیں اور پھر ہتھیلی

میں ڈال کے پانی میں گھولیں۔ جھاگوں سے ہلکے ہلکے ملنا جلد کو آرام پہونچانے کے علاوہ اسے بالکل صاف ستھری اور ملائم کرتا ہے۔

جب تھکن معلوم ہورہی ہو اور مزاج میں چڑچڑاپن معلوم ہوتا ہو تو بھوسی کی چار بھری ہوئی مٹھیاں لے کے ایک بڑی ململ کی تھیلیہ میں ڈالیں اور حمام کی ٹونٹی کے نیچے لٹکا کے کھول دیں۔ گرم پانی اس میں سے گذر کے ٹب میں آجائے گا یا ٹب کے پانی میں اُسے گھول لیں۔ جلد اور پٹھوں میں ایک خاص راحت معلوم ہوگی۔

شہد بھی عجیب چیز ہے۔ شہد اور لیموں کا رس جلد کو خوب ملائم کرتا ہے۔ لیموں کا رس جلد کو سفید بھی کرتا ہے۔ ایک چمچہ شہد میں آدھا چمچہ شہد کے حساب سے ملائیں۔ استعمال کے بعد آپ کو رنگ میں نکھار معلوم ہوگا۔ جلد کی باریک باریک لکیریں دور ہوجائیں گی۔ یہ لکیریں وقت سے پہلے چہرے پر نمودار ہوکے روح کو بڑا صدمہ پہونچایا کرتی ہیں اور جانے کا نام نہیں لیا کرتیں۔

چہروں پر لیپ بھی لگایا جاتا ہے۔ آپ ڈیڑھ چھٹانک جو کا آٹا ایک بڑے انڈے کی سفیدی اور ایک چمچہ شہد لیں اور خوب ملائیں۔ چہرے پر چپڑ لیں۔ البتہ آنکھوں کے نیچے کی ملائم کھال چھوڑ دیں۔ ٹھوڑی پر بھی ضرور لگائیں۔ کم از کم پندرہ منٹ لگا رہنے دیں۔ پھر گرم پانی سے دھو ڈالیں اور جلد کسنے والی چیز لگائیں۔ اگر کوئی دوا موجود نہ ہو تو ٹھنڈی چیز جلد کو کسنے کے لئے بڑی عمدہ چیز ہے۔ اس ترکیب سے جلد میں تازگی ملائمت اور دل ربائی پیدا ہوجائے گی اور چہرے میں خاص روپ آجائے گا۔ "محمد ظفر"

(صفحہ ۳۱ کا باقی مضمون)

مدہوشی لانے والے تمام مشروبات ایسے ہونے چاہئیں جن کا اثر مسکن ہو نہ کہ محرک، جیسا کہ بکثرت میرے ہم پیشہ ڈاکٹر تجویز کیا کرتے ہیں اسی لئے میں نے آج تک کسی نمونیا کے مریض کو ایک قطرہ بھی برانڈی کا نہیں دیا ہے اور میرے علاج میں آج تک ایک بھی نمونیا کا مریض نہیں مرا ہے۔ میرے اور دوسرے ڈاکٹروں کے علاج میں جو کچھ فرق ہے وہ یہی ہے کہ میں ان مریضوں کو کبھی شراب نہیں دیتا"

تمباکو کے متعلق بھی انہوں نے لکھا ہے کہ ایسے مریض دیکھے گئے ہیں جن پر تمباکو کے متواتر استعمال سے زہریلا اثر کیا تھا۔

صنعت و حرفت

ہیئر آئل

ضروریاتِ زندگی میں تیل ایک لازمی چیز ہے۔ بچے سے لے کر بوڑھے تک سب اسے استعمال کرتے ہیں۔ امیر اور شوقین مزاج لوگ معمولی تیلوں کی بجائے خوشبودار تیل زیادہ پسند کرتے ہیں پس زمانے کی ضرورت کے مطابق کسی چیز کا موجد بہت جلد دولت مند ہو سکتا ہے۔ یہ ایک نہایت منافع بخش کام ہے۔ اگر سلیقے سے کیا جائے تو لاکھوں روپے اس صنعت سے کمائے جا سکتے ہیں۔

ہم ناظرین کو ایک ایسی ترکیب بتا دیتے ہیں جس کے ذریعے معمولی سرسوں اور تلوں کے تیل کو سفید پتلا اور بغیر بُو کے بنا لیں اور پھر انہیں نہایت اعلیٰ درجے کے خوشبودار ہیئر آئل میں تبدیل کریں۔

سفید تلوں کا تیل	ایک سیر	پھٹکری	ایک تولے
سوڈا بائی کارب	ایک تولے	لوبان باریک پسا ہوا	ایک تولے

ترکیب:۔ ایک لوہے کی کڑاہی کو چولہے پر رکھ کر اس میں تیل والا برتن رکھ دیں، اور کڑاہی میں اتنا پانی ڈالیں کہ تیل والا برتن نصف تک ڈوبا رہے۔ کڑاہی کے نیچے مدھم مدھم آگ جلائیں۔ تیس گھنٹے بعد برتن کو ٹھنڈا کریں، اور کسی لکڑی سے ہلا کر ایک طرف رکھ دیں، دوسرے دن پھر یہی عمل کریں، اور دن میں دو تین بار ہلا دیا کریں۔ تیسرے دن تیل کو آہستہ سے نتھار کر دوسرے برتن میں ڈال کے محفوظ رکھیں۔ اسی طرح سے تمام قسم کو نباتاتی تیل صاف کئے جا سکتے ہیں۔

تیل کو رنگین بنانا

ایک سیر تیل میں تین ۴ تولے رتن جوت باریک کر کے ملا دیں اور ایک دن رات پڑا رہنے دیں، اس کے بعد چھان لیں تیل رنگین ہو جائے گا۔

تیل کو رنگین کرنے کے لئے مختلف قسم کے رنگ عطاروں کے ہاں سے مل سکتے ہیں، یہ رنگ دو قسم کے ہوتے ہیں۔ تر اور خشک۔ خشک رنگ کو باریک ململ کے ٹکڑے میں ڈال کر پوٹلی بنائیں۔ ایک سیر تیل کو رنگین کرنے کے لئے ایک دو ماشے رنگ کافی ہے۔ پوٹلی کو تیل میں

پھراتے رہیں۔ تھوڑی دیر بعد تمام تیل رنگین ہو جائے گا جس قسم کی خوشبو تیل کو دیں، رنگ بھی جو اس چیز کے ساتھ موزوں ہو استعمال کریں۔ مثلاً عطر حنا کی خوشبو دیں تو تیل کا رنگ سُرخ کرنا چاہیئے۔ اسی لئے عطر گلاب کے لئے سبز رنگ استعمال کرنا چاہیئے۔

تیل کو خوشبودار کرنا

تیل کو خوش بودار کرنے کے لئے دیسی یا ولایتی تیز عطر یا ایسنس برتے جاتے ہیں۔ ایک سیر تیل کے لئے پانچ چھے ماشے عطر یا ایسنس کافی ہے۔

ترکیب: کسی صاف بوتل میں تیل ڈال کر اس میں عطر ملا دیں اور مضبوط کارک لگا کر اچھی طرح ہلا دیں تاکہ تیل وخوش بو یک جان ہو جائیں پھر اس تیل کو شیشیوں میں بھر کر اور خوب صورت لیبل وغیرہ لگا کر کارڈ بورڈ کے بکسوں میں بند کریں اور ایجنٹوں کے ذریعے ہر شہر میں دوکانداروں کے پاس اچھے داموں پر تھوک فروخت کریں۔

کیش بہار

ہم ذیل میں ایک نہایت اعلیٰ درجے کے خوش بودار تیل کا نسخہ بھی بطور نمونہ درج کرتے ہیں تاکہ ناظرین میں سے جو صاحب اس کی تجارت کرنا چاہیں بنا کر فائدہ اٹھائیں

سفید تلوں کا تیل صاف	آدھ سیر	روغن بادام	ایک چھٹانک
روغن حنا	۲ تولے	روغن چنبیلی صاف اور قسم اول	۲ تولے
روغن خس اچھی قسم	۲ تولے	گلیسرین	۲ تولے

ترکیب:۔ ان سب چیزوں کو جمع کر کے ایک بوتل میں ڈالیں اور ۶ ماشے رتن جوت کوٹ کر اس میں شامل کریں۔ اور ایک دن دھوپ میں رکھا رہنے دیں۔

اب اس کو فلالین سے چھان کر شیشیوں میں بھر لیں۔ آپ دیکھیں گے کہ نہایت عمدہ اور خوش نما گلابی رنگ کا تیل ہو جائے گا جو کہ اپنی نرالی خوشبو اور عمدہ صفات کے باعث بازاری تیلوں سے بدرجہا بہتر ہے۔

اس تیل کے استعمال سے دماغ کی خشکی دور ہو کر بالوں کو سیاہ اور چمک دار بنانے میں اول درجہ ہے۔ سر کو ٹھنڈک اور آنکھوں کو طراوت دیتا ہے۔ شوقین مزاجوں، عورتوں کے لئے نادر تحفہ ہے۔

بے روزگاروں کے لئے بہترین منافع کی تجارت ہے اس سے فائدہ اٹھائیں +

الماس
(ہیرا)

(از جناب حکیم کریم بخش صاحب آرہ اکبر شاہ)

الماس یعنی ہیرا اعلےٰ درجے کا قیمتی پتھر ہے۔ یہ بہت سخت ہوتا ہے، اور سخت سے سخت دھات کو گھسا دیتا ہے خود نہیں گھستا۔ یہ سخت ترین آگ دینے سے نہ جلتا ہے اور نہ پگھلتا ہے۔ اہل سائنس کا خیال ہے کہ ہیرا اور کوئلہ دراصل ایک ہی چیز ہیں۔ چنانچہ اگر ہیرے کو آکسیجن ہوا میں جلائیں تو یہ جل کر خالص کاربن یعنی کوئلہ بن جاتا ہے۔ لیکن جب تک مشاہدہ نہ ہو یہ بات ہماری سمجھ سے بالاتر ہے کہ ہیرے کا کشتہ جس کے لئے دنیا بے چین ہے اس قدر آسانی سے بن سکتا ہے۔

الماس کا کشتہ نہایت مفید چیز ہے۔ یہ مہوسی کی جان ہے۔ بڑے بڑے جہاندیدہ اور معمر مہوسوں کا آخری تجربہ یہ ہے کہ کشتۂ الماس ہی مہوسی کی تمام مشکلات کا واحد علاج ہے۔ یہ ہر روحی چیز کو قائم کرتا ہے اس سے انفاس کا تیل نکلتا ہے اور یہ ہی اجساد کی کایا پلٹ کرتا ہے۔ اگر آج ایسا کشتۂ الماس ہاتھ آجائے جو سیماب کو منعقد اور قائم کرسکتا ہو تو شام تک آپ اس سے لاکھوں روپے پیدا کرسکتے ہیں۔

ساری مہوسی چھوڑ دو، اور ایک کشتۂ الماس تلاش کرو۔ عموماً سنا جاتا ہے کہ فلاں آدمی کشتۂ الماس جانتا ہے وہ اس کے ذریعے سیماب یا قلعی کو چاندی بنا کر دکھا دیتا ہے لوگ یہ سچا کرشمہ دیکھ کر اس کے گرویدہ ہوجاتے ہیں، پھر وہ دوسرے طریقوں سے ان کو لوٹ لیتا ہے۔ وہ اس سے کوئی عملی فائدہ حاصل نہیں کرسکتا۔ ہم نے کئی ایسے آدمیوں کا کھوج لگایا لیکن بعد میں معلوم ہوا کہ یہ سب دھوکا تھا۔

ہم کو بھی الماس کے کشتے بنانے کے کئی طریقے معلوم ہیں دیگر مہوس بھی کچھ نہ کچھ جانتے ہیں۔ کئی بیاضوں میں مختلف اقسام کے نسخے دیکھے ہیں لیکن جب سوال کیا جاتا ہے کہ یہ نسخہ آپ کے تجربے میں آیا ہے؟ تو یہی جواب ملتا ہے کہ تجربہ نہیں کیا۔ غرض مہوسوں کے تمام عالمگیر طائفے میں جن لوگوں سے ہماری شناسائی ہے۔ کوئی بھی ایسا نہیں ملا جس نے بتایا ہو کہ اس نے اپنے ہاتھوں الماس کا ایسا کشتہ بنایا ہے جو سیماب پر عمل کرتا ہے۔

ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ ایک امیر آدمی کی نسبت جو پرانا مہوس اور سمجھدار تھا، معلوم ہوا کہ وہ کشتہ الماس کا طلب گار ہے۔ ہم کشتہ الماس کے متعلق اپنی وسیع معلومات کا پشتارہ باندھ کر جا دھمکے۔ خیال یہ تھا کہ ہم اس کے ہاں رہ کر تمام نسخوں کا تجربہ کریں گے۔ ضروری ہے کہ سب نسخے نہ سہی، ان میں سے کوئی نہ کوئی تو صحیح ثابت ہوگا۔ بہت سی گفتگو کے بعد آپ نے کہا کہ میری مدت کی جستجو کا نتیجہ یہ ہے کہ اگر الماس کا ایسا کشتہ مل جائے جو سیماب پر عمل کرتا ہو تو اس سے سب کچھ بن سکتا ہے۔ ہم نے نہایت دعوے کے ساتھ گذارش کی کہ آپ جس چیز کے طلب گار ہیں وہ یوسف گم گشتہ ہمارے پاس ہے۔ ہم اس قسم کے بیسیوں نسخے جانتے ہیں۔ آپ نے دریافت کیا کہ ان بیسیوں میں سے کوئی ایک بھی آپ کا مجرب ہے؟ ہم نے تھوڑی دیر تامل کے بعد جواب دیا کہ "ہاں کیوں نہیں۔ بلکہ۔ مگر۔ اگر آپ چاہیں، تو اس جگہ تجربہ کیا جا سکتا ہے" آپ نے پوچھا کہ "کیا اس کا پہلے تجربہ ہو چکا ہے؟" ہم نے پہلے تو جھوٹ بولنے کی کوشش کی لیکن آئندہ شرمسار ہونے کے خوف سے سچ بولنا پڑا۔ جواب دیا کہ "تجربہ تو نہیں کیا۔ مگر نسخے ضرور بالضرور قابل وثوق لائق اعتماد، اصولاً صحیح اور بالکل یقینی ہیں" آپ نے کہا کہ "ایسے نسخے آپ تو بیسیوں جانتے ہیں میرے پاس سینکڑوں لکھے ہوئے موجود ہیں۔ جن کے یقینی ہونے کے تلخ تجربات اٹھا چکا ہوں، مجھے ایسے نسخوں کی ضرورت نہیں ہے" یہ بات سن کر ہم بیک بینی ودو گوش وہاں سے واپس آئے اور نسخہ جات کے تجربے کا موقع نہ ملا۔

آپ حیران ہوں گے کہ ہم جب ایسے یقینی نسخے جانتے ہیں تو خود کیوں ان کا تجربہ نہیں کرتے۔ سنئے! ہم ایک گوشہ نشین کتابوں کے کیڑے، بے یار و مددگار ایسے نسخوں کے اجزا کس طرح بہم پہونچائیں۔ الماس جیسے قیمتی جوہر کو کشتہ کرنے کے لئے جو چیزیں ضروری ہیں، وہ اپنی نوعیت میں عجیب قسم کی واقع ہوئی ہیں۔ سنئے!

مینڈک کا پیشاب، کھٹمل کا خون، گدھے کی ڈاڑھ، تین برس تک ایک ہی کھیت میں پیدا ہونے والی کپاس کی جڑ، مینڈھے کا سینگ، سانپ کی ہڈی، کچھوے کی پیٹھ، خرگوش کے دانت، ریتلا قسم کی مکڑی، زہر ہلاہل، امس خراطین، فاس فورس قائم شدہ کوکین ہائیڈروکلور، کنواری نوجوان عورت کا سب سے پہلا خون حیض، سیاہ پھول والی تلسی، سفید پھول والی کنائی، بھورے کیس والا راجہ جوگی با درا، راتوں کو اڑنے والا جگنو، پانی میں تیرنے والی

سنہ تاری، لوہے کی سوئی کو فوراً گلا دینے والی اصل بید، سو تولے وزن کا بڑا مینڈک جس کے دماغ میں مہرہ ہوتا ہے، نیچے اوپر سے یک رنگ سیاہ سانپ۔

بتلایئے کہ یہ سب یا ان میں سے بعض مجھ جیسے عزلت گزیں آدمی کو کس طرح میسر آ سکتے ہیں۔ ناچار تن بتقدیر چپ ہو رہا۔

اب اجسام انسانی پر کشتۂ الماس کی تاثیر سنئے۔ محققین کا خیال ہے کہ دنیا میں اگر کوئی چیز اکسیر ہو سکتی ہے تو وہ کشتہ الماس ہے۔ دوسرے کشتے تو گھنٹوں یا دنوں میں اپنا اثر دکھاتے ہیں۔ لیکن کشتۂ الماس منہ میں ڈالتے ہی مردہ بدن میں جان ڈال دیتا ہے۔ اس کے کھاتے ہی جسم میں بجلی کی لہر دوڑنے لگتی ہے۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ انجن کا ایکشن شروع ہو گیا۔ بدن کے تمام پرو پرزے حرکت میں آ جاتے ہیں۔ بھوک بکثرت لگتی ہے۔ گھی اور دودھ زیادہ مقدار میں ہضم ہوتا ہے۔ سل، دق یا دیگر امراض مزمنہ سے تباہ شدہ جسم کی تعمیر ہونے لگتی ہے۔ ہفتہ عشرہ تک لب گور تک پہونچا ہوا ہڈیوں کا ڈھانچ انسانیت کا مکمل نمونہ بن جاتا ہے۔

وہ امراض جن کے مایوس العلاج ہونے پر ماہران طب قدیم و جدید متفق اللفظ ہیں مثلاً سل، دق، ذیابطیس، شیخوخت وغیرہ اس کے معجز نما اثر سے بہت جلد رو بہ صحت لانے لگتے ہیں۔ پچکے ہوئے گال درست ہو جاتے ہیں۔ بدن میں کافی خون پیدا ہوتا ہے۔ اور انسان تھوڑے عرصے میں سرخ و سفید ہو جاتا ہے۔ کیا ایسا نسخہ اکسیر اجساد سے کم ہے؟

ایک حکیم صاحب لکھتے ہیں کہ الماس کا ایسا کشتہ ایک بزرگ کا معمول تھا۔ وہ سل و دق کے تیسرے درجے میں پہونچے ہوئے مریض کو یہ کشتہ رتی، کشتۂ نقرہ ایک تولہ میں ملا کر اس میں سے ڈیڑھ رتی ہمراہ مسکہ کھلاتے تھے۔ جتنا دودھ، گھی ہضم ہو سکتا پلاتے تھے۔ ہفتہ عشرہ میں بیمار تندرست ہو جاتا تھا۔ غذائیت بڑھ کر چہرے کا رنگ گلاب کے پھول کی طرح سرخ ہو جاتا تھا۔ لیکن وہ اس جہان سے کوچ کر گئے اور نسخے اپنے ساتھ قبر میں لے گئے۔

ایسے نسخے کی ملک کو اشد ضرورت ہے۔ ماہران فن اگرچہ شاذ و نادر ملتے ہیں مگر جہان سے نیست و نابود نہیں ہو گئے۔ ہمیں ایک دوست نے بیان کیا کہ ان کے قریب ہی ایک زمیندار رہتا ہے۔ اتفاق سے اس کے پاس بڑی بڑی جٹاؤں والے دو سادھو آ کر ٹھہرے یہ شام کے وقت ان کی دودھ سے خاطر کر دیتا تھا۔ کھانے کا باقی خرچ وہ خود ہی کرتے تھے۔

اور اپنے ہاتھوں سے پکا کر کھاتے تھے۔ کچھ عرصے کے بعد انہوں نے از راہ مہربانی اس کو اپنے پاس بٹھا کر کشتۂ الماس کا طریقہ بتایا۔ اور اپنے پاس سے الماس کا ایک ٹکڑا دے کر عمل کرایا۔ الماس کشتہ ہوگیا۔ یہ کشتہ اس کو دے کر چلے گئے اور کہا کہ قوتِ باہ کے لئے ایک بے نظیر تحفہ ہے اس سے خوب روزگار چلے گا۔ چنانچہ زمیندار مذکور ان کی ہدایت کے مطابق اس کشتہ کو قلیل مقدار میں کشتہ ابرک کے ساتھ ملا کر بڑے بڑے امیروں کو دیتا ہے۔ اور کافی رقم وصول کرتا ہے۔ میں نے اس سے کئی مرتبہ اس نسخے کے متعلق پوچھا لیکن وہ ہمیشہ بات کو ٹال جاتا ہے۔ ہم نے اپنے دوست کو اس نسخے کے حاصل کرنے کی بہت تاکید کی۔ اس خط وکتابت سے معلوم ہوتا ہے کہ اب وہ کسی قدر نرم ہوگیا ہے۔ اور امید کی جاتی ہے کہ جلدی یا بدیر وہ نسخہ بنانے کا طریقہ بتا دے گا۔

اگر خدانخواستہ ہمارے دوست کی امداد سے وہ نسخہ ہمارے ہاتھ آگیا تو ہماری سابقہ ترکیب کشتہ الماس کے پٹارے میں ایک نسخہ کا اضافہ ہوجائے گا۔ اور ہم اپنی بیاض میں جلی قلم سے یہ لکھ دیں گے کہ ضعف باہ کے علاوہ تمام امراض مزمنہ کا حکمی علاج ہے۔

آنسو بڑا کام دیتے ہیں

آنسوؤں کے اندر خدا نے جراثیم کے مار دینے کی جو خاصیت رکھی ہے اس کی بدولت ہم بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ مشاہدے سے ثابت ہوگیا ہے کہ آنکھ کے سامنے اور پپوٹوں کے اندر کی جانب جو غشائے مخاطی ہے وہ عام طور پر جراثیم سے بالکل خالی رہتی ہے یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ آنکھ پر جو عمل جراحی کئے جاتے ہیں وہ بھی جراثیم کے اثر سے خراب نہیں ہوتے۔ ڈاکٹر رچرڈ ٹامسن اور ڈاکٹر ایڈورڈ گیلارڈ نے "امریکن جنرل آف آفیتھل مالوجی" میں اپنے تجربات کا ذکر کیا ہے جو انہوں نے آنسوؤں کی جراثیم کش خاصیت کے متعلق کئے ہیں۔ پیاز کو چھیل کر آنکھوں کے قریب رکھنے سے بہت سے آدمیوں کے آنسو نکال کر جمع کئے گئے، اور پھر ان پر تجربہ کیا گیا ———— آنسوؤں کے پچاس فی صدی طاقت کے محلول نے "اسٹیفلوکوکائی" (پیپ پیدا کرنے والے جراثیم) کا نشوونما روک دیا۔ پچیس فی صدی طاقت کے محلول سے یہ فائدہ حاصل نہ ہوسکا۔

گرم دودھ کی غذائیت

اور محفوظ رکھنے کی استعداد!

۱۹۴۱ء میں ہندوستان اور برما کے متعلق ایک سرکاری رپورٹ شائع ہوئی تھی جس میں دودھ کے بازار میں فروخت کئے جانے کا ذکر تھا اور اس میں اس بات کی طرف اشارہ تھا کہ سائنس داں جو غذاؤں کے متعلق تحقیقات کرتے ہیں وہ دودھ کے متعلق تحقیقات کریں کہ گرم دودھ کس حد تک محفوظ رہ سکتا ہے، اور اس کی غذائیت پر گرمی کا کیا اثر ہوتا ہے اور ریلوں اور موٹروں کے ذریعے سے اُسے گرم حالت میں لے جانا کہاں تک مناسب ہے۔ یہ بھی تجویز کیا گیا تھا کہ معلوم کیا جائے کہ جانوروں کے تھن سے نکلتے ہی دودھ کو کس قدر حرارت پہونچا دینی چاہیئے اور ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانے میں اس کا درجۂ حرارت کتنا رکھا جائے۔ نیز یہ کہ اس دودھ کو کتنے عرصے کے اندر استعمال کر لینا چاہیئے

اگر کوئی طریقہ ایسا معلوم ہو جائے کہ جس سے دودھ کو ۲۴ گھنٹے تک عمدہ حالت میں رکھا جاسکے اور اس کی غذائیت میں بھی فرق نہ آئے تو اسے یخ بستہ رکھنے اور اس کے جراثیم ضائع کرنے کے موجودہ طریقوں سے جن میں بے انتہا مصارف ہوتے ہیں نجات مل جائے۔

دودھ کو گرم کرنا اور برابر گرم ہی رکھنا گرم آب و ہوا کے ممالک کے لئے زیادہ موزوں ہے۔ اس کے علاوہ یہ طریقہ دودھ کو قابل فروخت حالت میں دیر تک رکھنے کے لئے بہت ہی سستا ہے۔ تجربے سے معلوم ہوا ہے کہ ۱۵۰ ڈگری فیرنہائٹ پر دودھ اس بہت زیادہ عرصے تک عمدہ رہتا ہے جتنا کہ ۸۰ درجے فیرنہائٹ یعنی فضا کی معمولی گرمی پر۔ کچھ سال فوجی ڈیری فارمس میں یہ طریقہ اختیار کیا گیا تھا۔

تمام دودھ کو ۱۴۵ درجے فیرنہائٹ تک حرارت پہونچائی جاتی تھی۔ اور آدھے گھنٹے تک اسی حرارت پر رکھا جاتا تھا۔ جن ڈیریوں میں دودھ کو ٹھنڈا فروخت کیا جاتا ہے۔ ان میں یہ دستور ہے کہ اسے ۴۰ درجے فیرنہائٹ تک سرد کر دیا جاتا ہے اگر باہر بھیجنا ہو۔ ورنہ مقامی فروخت کے لئے ۵۰ درجے تک سرد کرتے ہیں۔ تجربے سے معلوم ہوا ہے کہ گرم کئے ہوئے دودھ میں سرد کئے ہوئے دودھ کی بہ نسبت جراثیم کی تعداد زیادہ تھی۔

اس طریقے میں زیادہ دانش مندی ہے کیونکہ اس طرح گرم دودھ اتنے ہی عرصے تک بگڑنے سے محفوظ رہتا ہے جتنا کہ سردی پہونچانے سے۔ اور مقابلتاً خرچ کچھ نہیں ہوتا۔
مسٹر الیف، ڈبر جو حکومت کے انپیل ہسبینڈری کمشنر ہیں اپنے ایک خط میں لکھتے ہیں کہ "جہاں تک مجھے معلوم ہے ہندوستان میں ان تبدیلیوں کے متعلق کوئی تحقیقات نہیں کی گئی ہے جو دودھ کو ایک عرصہ دراز تک ۱۵۴ درجے فیرنہائٹ کی حرارت پر رکھنے میں پیدا ہوتی ہیں۔ اتنا میں کہہ سکتا ہوں کہ شمالی ہندوستان میں یہ ایک عام دستور ہے کہ حلوائی دودھ کو ۱۲۵ درجے فیرنہائٹ کی گرمی پر رکھتے ہیں اور اسی طرح اسے فروخت کرتے ہیں۔"
مدراس کے اخبار ہندو میں ایک مضمون شائع ہوا تھا، اس میں تحریر تھا:۔ "دودھ کو پھٹنے سے محفوظ رکھنے کے لئے کون سا طریقہ بہتر ہے؟ عام دستور یہ ہے کہ تھن سے نکلتے ہی اسے سرد کر دیا جاتا ہے۔ لیکن تازہ ترین تجربوں سے یہ معلوم ہوا ہے کہ اگر دودھ کو گرم رکھا جائے تو زیادہ حفاظت ہو جاتی ہے۔ کیلی فورنیا یونی ورسٹی کے سائنس دانوں کی رائے کے مطابق دودھ کو پھٹنے سے بچانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اسے ۸۰ سے ۹۰ درجے فیرنہائٹ کی حرارت پر دو تین گھنٹے رکھا جائے۔ ایسے دودھ کے امتحان سے معلوم ہوا ہے کہ وہ ۳۰ گھنٹوں تک نہیں بگڑا۔ جو جراثیم دودھ کو پھاڑتے ہیں وہ اس وقت تک بے کار رہتے ہیں جب تک کہ دودھ کسی قدر ٹھنڈا نہ ہو جائے۔"
ڈاکٹر ڈبلیو۔ آر۔ ایکرائڈ نے جو کونور (مدراس) میں غذاؤں کی تحقیقات کے ڈائرکٹر ہیں گذشتہ سال لکھا تھا کہ ۱۲۵ درجے فیرنہائٹ کی حرارت مختلف اوقات میں پہونچانے سے دودھ کی غذائیت پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔ حرارت پہونچانے سے حیاتین "ج" ضرور ضائع ہو جاتی ہے لیکن دودھ کے اندر اس حیاتین کی مقدار ہی بہت کم ہوتی ہے، اور یہ حیاتین خوراک کی دوسری چیزوں سے جسم میں پہونچایا جا سکتا ہے۔ بہت دیر برابر حرارت پہونچانے سے ممکن ہے کہ حیاتین "ب" بھی کسی قدر ضائع ہو جائے لیکن یہ حیاتین بھی دودھ میں برائے نام ہی ہوتا ہے۔ ان کے علاوہ دوسرے تمام حیاتین بالکل خراب نہیں ہوتے۔ دودھ کا سفوف بنانے کے لئے اسے بہت تیز حرارت دینی پڑتی ہے۔ اور جب اس سفوف سے دودھ بناتے ہیں تو اس میں اور تازہ دودھ میں صرف اتنا ہی فرق ہوتا ہے کہ اس میں حیاتین "ج" بالکل نہیں ہوتا۔

انسانی خوراک کے متعلق کچھ باتیں

ڈاکٹر لے اے ہل نے رسالہ میڈیکل ورلڈ میں ایک مضمون شائع کرایا ہے، جس میں انہوں نے انگریزوں کی اس حالت کی سخت مذمت کی ہے کہ وہ بہت زیادہ کھاتے اور بہت زیادہ پیتے ہیں۔ خصوصیت کے ساتھ انہوں نے نیوزی لینڈ کے باشندوں کی برائی کی ہے جو دن میں ۵ مرتبہ کھانا کھاتے ہیں اور اس بات کی کچھ پروا نہیں کرتے کہ ان کی یہ عادت آگے چل کر انہیں کس قدر نقصان پہونچائے گی وہ لکھتے ہیں کہ :-

میرے پاس ان لوگوں کی حماقت ظاہر کرنے کے لئے مناسب الفاظ نہیں ہیں جو ہر مرتبہ جب کھانے کو بیٹھتے ہیں تو میز پر سے اس وقت تک اٹھتے ہی نہیں جب تک ناک تک پیٹ نہ بھر جائے۔

وہ کہتے ہیں کہ قبض اس ملک میں عام بیماری ہے۔ اس خرابی کے علاج کے طور پر ڈاکٹر ہل نے تجویز کیا ہے کہ روزانہ ایک سیب کھا لیا جائے۔ اور قبض کشا دواؤں کے استعمال کی سخت مخالفت کی ہے۔ ۵۰ سال سے اوپر عمر والوں کے لئے ان کا یہ مشورہ ہے کہ :-

شکم سیر ہو کر کبھی دوسرے وقت نہ کھانا چاہئے۔

میز سے اس وقت اٹھ جانا چاہئے کہ جب یہ محسوس ہو کہ ہم تھوڑا اور کھا...... سکتے ہیں

تین مرتبہ تھوڑا تھوڑا کھانا اور شام کو چائے کی ایک پیالی بالکل کافی خوراک ہے اگر ممکن ہو تو خاص کھانے کا وقت دوپہر کو رکھا جائے۔

صبح کے ناشتے میں تازہ پھلوں کی ایک کافی مقدار ضرور ہونی چاہئے جو آگ پر نہ پکائے گئے ہوں۔ اچار، مربے، اور مسالے یا تو بالکل ہی نہ کھانے چاہئیں یا بہت ہی خفیف سی مقدار میں کھائیں۔ یاد رکھو! کہ اگر تمہارے معدے کو مسالوں کے ذریعے سے ابھارنے کی ضرورت ہے تو حقیقت یہ ہے کہ اس کو غذا کی ضرورت بالکل نہیں ہے۔

شراب اور تمباکو کے ذکر میں وہ لکھتے ہیں :-

(باقی صفحہ ۲۲ پر)

تل بطور انسانی خوراک

ہیلتھ بلیٹن نمبر ۲۳ (مطبوعہ ۱۹۳۸ء) میں تل اور سویابین کے اجزا حسب ذیل بیان کئے گئے ہیں:-

	تلوں میں فی صدی گرام	سویابین میں فی صدی گرام
پانی	۵٫۱۰	۸٫۱۰
اجزائے لحمیہ	۱۸٫۳۰	۴۳٫۲۰
چربی	۴۳٫۳۰	۱۹٫۵۰
معدنی اجزا	۵٫۲۰	۴٫۶۰
ریشے	۲٫۹	۳٫۷۰
نشاستہ	۲۵٫۲۰	۲۰٫۹۰
کیلسیم	۱٫۴۵	۰٫۲۴
فاس فورس	۰٫۵۷	۰٫۶۹
فولاد	۱۰٫۵۰ ملی گرام	۱۱٫۵۰ ملی گرام
حرارت	۵۶۴ کیلوری پیدا ہوتی ہے	۴۳۲ کیلوری پیدا ہوتی ہے
حیاتین ا	۱۰۷	۷۱۰
حیاتین ب۱	—	۳۰۰
حیاتین ب۲	—	پائے جاتے ہیں
حیاتین ج	—	—
حیاتی قدر وقیمت	۶۷	۵۴

حیاتین ب۱ اور حیاتین ب۲ کی مقدار ہنوز تلوں میں مقرر نہیں کی جا سکی ہے تلوں میں کیلسیم کی مقدار سویابین کے مقابلے میں ۶ گنی زیادہ ہے، چنے کے مقابلے میں ۷ گنی، اور دوسری دالوں کے اور کچے چنوں کے مقابلے میں ۱۰ گنی۔ مکھن نکلے ہوئے دودھ کا جو سفوف آتا ہے اس کی بہ نسبت بھی کیلسیم کی مقدار تلوں میں زیادہ ہوتی ہے۔ بلے ٹن میں جتنی کھانے کی چیزوں کا ذکر ہے ان میں سے لیمن کے علاوہ کسی اور غذا کے اندر اتنا کیلسیم نہیں ہوتا جتنا تلوں میں

تلوں کی حیاتی قدر وقیمت سویابین اور چنے وغیرہ سے بہت زیادہ ہے۔

فہرست مرکبات ہمدرد دواخانہ یونانی دہلی

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی سیر صر فی تولہ ار	دماغ کا تنقیہ کرتا ہے، مالیخولیا و مراق کے لئے بہت مفید ہے درد سر قولنج اور تبخیر کو رفع کرتا ہے، اس کی مداومت دیرپا استعمال کرتے رہنا نزلے کا قلع قمع کر دیتی ہے، ہر مزاج والے کو موافق آتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۹ ماشے تک ہمراہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا تنہا بغیر کسی چیز کے استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیا سے پرہیز۔	اطریفل زمانی
فی سیر ۱۲؍ فی تولہ ۰؍	فساد خون اور خارش وغیرہ امراض کے لئے نہایت مفید ہے، آتشک کی گرمی دور کرنے کے لئے نہایت مجرب چیز ہے ترکیب استعمال ۹ ماشے سے ایک تولے تک عرق مرکب مصفی خون کے ساتھ یا بغیر کسی چیز کے استعمال کریں گرم اور ترش اشیا سے پرہیز	اطریفل شاہترہ
فی سیر صہ فی تولہ ار	دماغ کو قوت بخشتا ہے۔ آنکھوں کی روشنی قائم رکھتا ہے، نزلہ درد سر وغیرہ کے لئے نہایت مفید ہے۔ ترکیب استعمال:۔ صبح یا سوتے وقت ۹ ماشہ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیا سے پرہیز کریں۔	اطریفل کشنیزی مقوی دماغ
فی سیر صر فی تولہ ار	خنازیر یعنی کنٹھ مالا کے لئے مفید ہے اور معدے اور دماغ کو فضلات سے پاک کرتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ صبح کو ۹ ماشے عرق مرکب کے ساتھ یا تنہا بغیر کسی چیز کے استعمال کرنا چاہئے۔ بادی و ترشی سے پرہیز۔	اطریفل مقوی
فی سیر ۱۲؍ فی تولہ ؍	درد سر اور درد چشم اور کان کی بیماریوں کے لئے جو معدے کی تبخیر کی وجہ سے ہوں نہایت مفید ہے، دماغ کو قوت دیتا ہے اور معدے کی تبخیر کو بند کرتا ہے بواسیر کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ایک تولے رات کو سوتے وقت عرق گاؤزبان ۱۲ تولے کے ساتھ یا ایسے ہی استعمال کریں۔	اطریفل کشنیزی
فی سیر ۱۲؍ فی تولہ ؍	بادی اور خونی بواسیر کے لئے مفید ہے، قبض کو رفع کرتا ہے بالخصوص خونی بواسیر کو روکتا ہے ترکیب استعمال صبح یا رات کو سوتے وقت بغیر کسی چیز کے تنہا استعمال کریں۔	اطریفل مقل

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ ۱ر	دماغی بیماریوں کے لئے مفید ہے اور پرانے درد سر کو زائل کرتا ہے۔ معدے اور آنتوں کے درد کو دور کرتا ہے اور قبض کشا ہے ترکیب استعمال رات کو سوتے وقت ۹ ماشے یہ دوا نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔	اطریفل ملین
فی ڈبیہ ۱۲ر	اس دوا کا ہر مکان میں رہنا طبیب یا ڈاکٹر کا کام دیتا ہے۔ خوردسال بچوں کے واسطے نہایت ہی مفید ہے۔ معدے کو صحیح حالت میں رکھنا۔ بدہضمی کو رفع کرنا اور پیٹ کی ہر قسم کی خرابیوں کی اصلاح کرنا۔ اور قدرتی نشوونما کو برقرار رکھنا اس کا خاص فعل ہے غرضیکہ اسم با مسمیٰ ہے۔ پرچہ ترکیب ڈبیہ پر چسپاں ہے۔	اکسیر الاطفال
فی شیشی عہ ر	یہ سفوف سوزاک قرحہ کو بہت جلد بھر دیتا ہے بارہا کا آزمودہ ہے۔ ترکیب استعمال:- ۵ ماشے یہ سفوف حسب ذیل ادویہ کے ساتھ استعمال کرنا چاہیئے شیرہ تخم خیارین ۳ ماشے، شیرہ تخم خربزہ ۳ ماشے۔ شیرہ خار خسک ۲ ماشے، شیرہ بادیان ۳ ماشے، پانی میں باریک پیس کر شربت بزوری ۲ تولے ملا کر سفوف کھائیں اور اوپر سے دوا پی لیں یا صرف شربت بزوری ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں	اکسیر سوزاک
فی ڈبیہ ۲۰ خوراک عہ ر	مادہ تولید کی اصلاح کرتا ہے، رقت و کثرت احتلام کو رفع کرتا ہے۔ بارہا کا مجرب ہے۔ ترکیب استعمال ۰ ماشے یہ اکسیر صبح کو گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں کھٹی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔	اکسیر احتلام
فی شیشی عہ ر	طحال کے واسطے اکسیر ہے۔ مرض کیسا ہی پرانا ہو، اس کے استعمال سے شفائے کلی ہوجاتی ہے تلی کے ورم کو تحلیل کرتی ہے، اور اس کی سختی کو دور کرتی ہے، معدے کو تقویت پہونچاتی ہے۔ ترکیب استعمال ۴ قطرے یہ دوا ۵ تولے پانی میں ملاکر صبح وشام کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں۔	اکسیر طحال
فی شیشی ۲۰ خوراک ؀ ر	یہ دوا آتشک کے لئے تیر بہدف ثابت ہوئی ہے، نئے اور پرانے ہر قسم کے آتشک میں اکسیر ہے۔ ابتدائے مرض میں استعمال کرنے سے مرض کو بالکل نیست ونابود کر دیتی ہے۔ سوداوی اثرات اور آتشک کے عوارض کو زائل کر دیتی ہے غرضیکہ یہ دوا آتشک کی بہترین دوا ہے۔	اکسیر آتشک
	تقویت باہ کے لئے بے نظیر دوا ہے، عام جسمانی کمزوری کو رفع کرتی ہے بے انتہا	[illegible]

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
[illegible]	خون صالح پیدا کرتی ہے، اعصاب کو قوی کرتی ہے اور حرارت غریزی کی محافظ ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول سے ۴ چاول تک لبوب کبیرہ ۵ ماشے یا معجون جالینوس لولوی ۵ ماشے یا کسی اور مناسب بدرقہ کے ساتھ کھائیں۔	فی تولہ عـــــہ فی ماشہ عہ
اکسیر سعال	یہ کھانسی اور دمہ کی لاثانی دوا ہے۔ انسانی زندگی کا دارومدار پھیپھڑوں کی تندرستی اور سلامتی پر ہے۔ وجہ یہ ہے کہ جب اس میں کوئی نقص پیدا ہو جاتا ہے تو صحت کے لئے نہایت مضر ثابت ہوتا ہے آج کل ہمارے اہل وطن بلغمی کھانسی اور دمہ کی شکایت میں بہت زیادہ مبتلا نظر آتے ہیں۔ یہ دوا اس شکایت کا کامیاب علاج ہے۔ چند روز کے استعمال سے مرض میں حیرت انگیز طور پر تخفیف ہونے لگتی ہے اور تکلیف دہ مرض رفع ہو جاتا ہے اس مرض سے جو عام کمزوری ہو جاتی ہے اس کو قوت سے بدل دیتی ہے۔ ترکیب استعمال ایک قرص شہد یا مکھن میں ملا کر استعمال کریں۔ اس کے استعمال کے دوران میں مکھن اور دودھ حسب برداشت استعمال کرنا چاہئے۔	فی شیشی ۸؍
[illegible]	زکام نزلہ، مالیخولیا، ضعف اعصاب، غشی، نسیان، درد قولنج، درد معدہ وجگر وغیرہ کے لئے بہت ہی مفید دوا ہے۔ ہر مطلب میں یہ دوا کثرت سے برتی جاتی ہے۔ ترکیب استعمال صبح یا رات کو سوتے وقت ایک ماشے یہ دوا عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی سیر عــہ فی تولہ ۴؍
[illegible]	مغلظ منی، نافع جریان، محرک باہ، ممسک ومقوی اعضائے رئیسہ ہے اس میں نشہ کرنے والی کوئی دوا نہیں ہے۔ ترکیب استعمال ۲ ماشے کھا کر اوپر سے پاؤ بھر دودھ پی لیں۔	فی تولہ ۸؍
تریاق نزلہ	نزلے کو روکتا ہے اور کھانسی کے لئے مفید ہے اگر اسے کچھ عرصے تک استعمال کیا جائے تو نزلہ کی دائمی شکایت جاتی رہتی ہے۔ ترکیب استعمال صبح یا رات کو سوتے وقت ایک تولے استعمال کرنا چاہئے۔ ترش اور ثقیل چیزوں سے پرہیز بدرقہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولے۔	فی سیر ۸؍ فی تولہ ؍

قیمت	فوائد و ترکیب استعمال	نام دوا
فی سیر ۱۲ / فی تولہ ۸	معدے اور دل کو قوت دیتی اور دل اور جگر کی زائد حرارت کو کم کرتی، اختلاج اور تبخیر کو مفید ہے۔ اور صفراوی دستوں کو روکتی ہے۔ دماغ کو بھی قوت دیتی ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے یہ جوارش صبح کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا ہمراہ آب تازہ کھائیں۔ بادی اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	جوارش آملہ
فی سیر ۱۰ / فی تولہ ۱	بدہضمی و معدے کی سردی کو دور کرتی ہے اور بادی دانہ کا استیصال کرتی ہے۔ پیٹ کو بڑھنے نہیں دیتی۔ کھانا کھانے کے بعد اس کا استعمال غذا کو اچھی طرح ہضم کرنے میں مددگار ہوتا ہے۔ نفخ نہیں ہونے دیتی۔ ریاحی درد کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال صبح کو یا دونوں وقت غذا کے بعد ۵ ماشے یہ جوارش استعمال کریں۔ بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز۔	جوارش بسباسہ
فی تولہ ۱	معدے اور جگر کو قوت دیتی اور اشتہا پیدا کرتی ہے اور حرارت کو تسکین دیتی ہے۔ ترکیب استعمال ۹ ماشے یہ جوارش صبح یا جس وقت ضرورت ہو پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔	جوارش انارین
فی سیر ۸ / فی تولہ ۱۰	معدے کو قوت دیتی ہے۔ کمر کے درد کو زائل کرتی ہے۔ قوت باہ کو بڑھاتی ہے۔ معدہ دینی اور ریاح کو دور کرتی ہے۔ پیشاب جو رک رک کر آتا ہو روکتی ہے۔ بادی بواسیر اور گردے و مثانے کی ریاح کو دفع کرتی ہے۔ اشتہا پیدا کرتی ہے۔ قبض کو رفع کرتی ہے۔ یادداشت کو بحال رکھتی ہے۔ دردِ سر اور بلغمی کھانسی کو نافع ہے۔ حکیم جالینوس کا تجویز کردہ نسخہ ہے۔ ترکیب استعمال ۹ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۱۲ تولے کے ساتھ یا تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔	جوارش مصطگی جالینوس
فی تولہ ۱	گردے و جگر کو قوت دیتی اور مادہ منویہ کو بڑھاتی ہے۔ باہ کو قوت دیتی، کمزوری کو زائل کرتی ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے یہ جوارش صبح کو عرق بادیان ۵ تولے، عرق گذرہ ۵ تولے، یا صرف عرق انناس ۵ تولے یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ یا قدرے پانی کے ساتھ استعمال کی جائے۔ بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز۔	جوارش زرعونی سادہ
فی تولہ ۶	گردے، مثانے، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے۔ پشت کو مضبوط کرتی اور معدے کی اصلاح کرتی ہے۔ بلغمی و سوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب، دردِ سر بلغمی	جوارش زرعونی عنبری

نام	فوائد و ترکیب استعمال	قیمت
جوارش زر عونی عنبری بہ نسخہ کلاں	کھانسی ونقرس وغیرہ امراض کے لئے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے ، ریاح کو دور کرتی ہے ، مادہ تولید کو بڑھاتی اور باہ کو قوت دیتی ہے ، بالوں کی سیاہی کو قائم رکھتی ہے ۔ **ترکیب استعمال** آلات تولید اور گردے ومثانے کو قوت دینے کے واسطے ۵ ماشے جوارش کشتہ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کریں اگر گردے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ ماشے کشتہ زمرد ۲ چاول اور عرق ...اس ۱۰ تولے ، شربت بزوری ۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں (نوٹ) اس جوارش کو صرف کشتہ فولاد یا صرف کشتہ زمرد یا صرف جوارش بھی استعمال کر سکتے ہیں ۔	فی سیر سعہ فی تولہ ۶ر
جوارش سفرجلی مسہل	درد قولنج کو زائل کرتی ہے بھوک لگاتی ہے ، معدے کو قوت دیتی ہے ، دست آور ہے ، اور دستوں کے ذریعے فاسد اور خراب مادے کو خارج کرکے معدے اور امعاء کو پاک کرتی ہے ۔ ... حرارت کو کم کرتی ہے ۔ **ترکیب استعمال** صبح یا رات کو سوتے وقت ایک تولے عرق بادیان یا نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے ۔ قابض چیزوں سے پرہیز ۔	فی سیر صہ ر فی تولہ ار
جوارش عود ترش	معدے کو قوت دیتی ہے ، اشتہا پیدا کرتی ہے ، غذا کے ہضم ہونے میں مدد دیتی ہے رطوبت اور بلغم کو تحلیل کرتی ہے ، بھوک لگاتی ہے ، صفرا کی زیادتی سے جو خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں ان کے لئے بالخصوص مفید ہے ۔ **ترکیب استعمال** ۷ ماشے صبح کو یہ جوارش تنہا بغیر کسی دوا کے یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں ۔ بادی اور ترشی کا پرہیز ۔	فی سیر صہ ر فی تولہ ار
جوارش عود ملین	معدے کو قوت دیتی ہے ۔ قبض کو دور کرتی ہے ۔ اشتہا کو ترقی دیتی ہے ۔ **ترکیب استعمال** ۹ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۱۰ تولے کے ساتھ یا تنہا ویسے ہی استعمال کی جاتی ہے ۔ بادی و ترشی کا پرہیز ۔	فی تولہ ار
جوارش عود شیریں	معدے کی خرابی اور کمزوری کو دور کرتی ہے ۔ بھوک پیدا کرتی ہے ، اور کھانا خوب ہضم کرتی ہے ۔ نہایت مفید و مجرب دوا ہے ۔ **ترکیب استعمال** ۷ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۲ تولے یا تھوڑے پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز ۔	فی تولہ ار

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
جوارش کمونی	معدے کی سردی اور سوءِ ہضم اور کھٹی ڈکاروں کو دور کرتی ہے اور بخار کو جو معدے کی خرابی سے ہو، زائل کرتی ہے۔ رطوبت کو خشک کرتی ہے، معدے کو پاک وصاف رکھتی ہے، قبض کو رفع کرتی ہے، ہچکی اور شہوت کلبی کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشے سے ایک تولے تک صبح کو عرق بادیان ۶ تولے عرق عنب الثعلب ۶ تولے، یا اور مناسب ادویہ کے ساتھ یا صرف پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے، ٹھنڈی، مرطوب اور بادی چیزیں نہ کھائیں۔ ہلکی غذا کھائیں مگر بھوک سے کم۔	فی سیر عہ؍ فی تولہ ۰؍
جوارش مصطگی	معدے وجگر کی سردی کو دور کرتی ہے۔ منہ سے پانی بہنے، پیشاب کی کثرت، اور دستوں کو روک دیتی ہے۔ خفقان کو دور کرتی اور ضعف باہ کے لئے مفید ہے۔ ترکیب استعمال ایک تولے یہ جوارش صبح کو ہمراہ عرق بادیان یا صرف پانی سے استعمال کی جائے، مرطوب نفاخ اور دیر ہضم غذاؤں سے پرہیز۔	فی سیر معہ؍ فی تولہ ۱؍
جوہر منقی	سوداوی امراض آتشک وگنٹھیا عرق النسا وغیرہ امراض کے لئے اکسیر ہے۔ اختلاج قلب وتوحش کے لئے جو سوداوی بخارات سے ہو فائدہ مند ہے۔ پرانے سوزاک میں بمشورہ طبیب اس کا استعمال نمایاں فوائد رکھتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ دوا مویز منقی میں رکھ کر اس کو چاروں طرف سے بند کر کے اس طرح نگلیں کہ دانتوں کو نہ لگے۔ گھی خوب کھائیں۔	فی تولہ عـــہ؍ فی ماشہ عہ؍
جواہر مہرہ	اعضائے رئیسہ، دل ودماغ کو نہایت قوت دیتا ہے، حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے، امراض کے بعد جو کمزوری رہ جاتی ہے اس کو زائل کر کے اصلی قوت بخشتا ہے، طب یونانی کی کامیاب دواؤں میں سے ہے ترکیب استعمال، ۲ چاول یہ جواہر مہرہ خمیرہ گاؤزبان ایک تولے، یا دوار المسک معتدل جواہر والی ۵ ماشے میں ملا کر استعمال کریں۔	فی تولہ للعہ؍ فی ماشہ للعہ؍
جوہری	سوداوی امراض مثلاً آتشک وگنٹھیا وغیرہ کے لئے ایک کامیاب اور نفیس دوا ہے۔ آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا، دونوں کے لئے نہایت مفید ہے۔ رعشہ، فالج، وغیرہ آتشک کے نتائج سے محفوظ رکھتی ہے۔ ترکیب استعمال کیپ شول	فی کیپشول ۲؍

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
جوہری	میں یہ دوا محفوظ ہے، اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہوسکے۔ غذا میں مکھن، دودھ، وغیرہ کا استعمال حسب برداشت کریں	
حب نشاط	یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مقوی و ممسک ہیں، سرعت کو دور کرتی ہیں، کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں، جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویہ کرتی ہیں، کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں، اپنے مطلب کی اعلیٰ درجے کی دوا ہے، سرعت کی شکایت کو رفع کرتی ہیں، تفریح و لذت کا سامان بھی ہے، جریان کو دور کرتی، اور باہ کو قوت دیتی ہیں، ایک ہی تجربہ اس کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا، بازاری ممسک دواؤں میں نہ معلوم کیا کیا شامل ہوتا ہے، لیکن نشے کی چیزیں ہر حالت میں بُرا اور خراب اثر دکھاتی ہیں، حب نشاط اس قسم سے پاک ہے، ممسک دوا کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت ہے جو لوگ مجبور ہیں ان کے لئے بے ضرر اور مفید دوا ہے۔ ترکیب استعمال وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن عہ۸ر
حب پپیتہ	خرابی ہضم اور درد شکم کے لئے بہت مفید ہے ہیضہ کے دنوں میں اس کا استعمال زہریلے اثرات سے بچاتا ہے۔ ترکیب استعمال کھانا کھانے کے بعد یا بوقت ضرورت دو گولیاں کھائی جاتی ہیں۔	فی تولہ ۲ر
حب جواہر	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتی ہے، اور بیماری کے بعد جو کمزوری باقی رہ جاتی ہے اس کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی دوا المسک معتدل ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان ایک تولے میں ملا کر کھائیں۔	فی درجن عہ۴ر
حب ایارج	مرگی، پرانے درد سر اور امراض چشم میں فائدہ دیتی ہیں، دماغ کو فضلات سے پاک کرتی ہیں، اور دماغ کے تنقیہ کے لئے خاص طور پر فائدہ مند ثابت ہوتی ہیں۔ ترکیب استعمال جب ۴ گھڑی رات باقی ہو اس وقت ۳ ماشے سے ۹ ماشے تک یہ گولیاں ورق نقرہ میں لپیٹ کر عرق گاؤزبان ... کے ساتھ کھا کر سو رہیں اور صبح کو مسہل پی لیں، تیسرے پہر کو ... کھائیں۔ (نوٹ) یہ گولیاں طبیب کی رائے سے استعمال کریں۔	فی تولہ ۲ر

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی درجن ۱۲/	یہ گولیاں پیچش کے لئے نہایت مفید ہیں، درد اور مروڑ کو بہت جلد افاقہ ہو جاتا ہے، گولی کے استعمال کے ایک گھنٹہ بعد آرام ہونا شروع ہو جاتا ہے اور اکثر دوسری گولی کھانے کی نوبت نہیں آتی، ایسی چیزیں احتیاطاً ہر گھر میں رہنی چاہئیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی سوتے وقت یا جس وقت ضرورت ہو تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اگر آنتوں میں سدے ہوں تو پہلے روغن ارنڈی سے قبض رفع کریں، گولی کے استعمال سے ایک گھنٹہ بعد تک کسی قسم کی حرکت نہ کرے۔	حب پیچش
فی تولہ عمر/	یہ گولیاں باہ کو قوت دیتی ہیں، سرور و نشاط پیدا کرتی ہیں، دماغ کو قوت دیتی ہیں، جریان میں بھی نافع ہیں، اور رقت و سرعت کے لئے مفید ہیں، اور افیون کی عادت کو چھڑاتی ہیں، کھانسی اور نزلے کو روکتی ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی یا ۲ گولیاں صبح یا رات کو سوتے وقت خمیرہ گاؤزبان ایک تولے یا عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا رات کو سوتے وقت گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترش اور بادی چیزیں نہ کھائیں۔	حب جدوار
فی درجن عـمه/ فی گولی عه/	یہ گولیاں قوت باہ کے لئے اکسیر ہیں، استعمال کے دو گھنٹے بعد بعوظ سے بیتاب کر دیتی ہیں، نہایت بیش قیمت اجزاء مشک عنبر، یاقوت، مروارید وغیرہ سے تیار کی جاتی ہیں۔ اسی وجہ سے اس کی قیمت زیادہ ہے۔ ترکیب استعمال، ایک گولی صبح یا شب کو آدھ سیر تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔	حب الملک
فی درجن ۱۲/	بانجھ عورت کے لئے نہایت مفید ہیں، خدا کے فضل سے اس شکایت کو دور کرتی ہیں، اور فرزند نرینہ کی خوش خبری دیتی، اور ان خرابیوں کو جن کے سبب اولاد پیدا نہیں ہوتی، دور کر دیتی ہیں۔ ترکیب استعمال ہر مہینے ایام ماہواری کے بعد ایک گولی موچرس ۷ ماشے کے ساتھ ۳ روز متواتر صبح و شام استعمال کریں۔	حب حمل
فی تولہ ۸/	خشک کھانسی کو جس میں قے ہو جاتی ہے نہایت مفید ہیں، نزلے کو روکتی ہیں، گلے کی خراش کو دور کرتی ہیں، شدت نزلہ میں جو خفیف حرارت محسوس	حب سرو قند

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ ۸/	ہوتی ہے، اس کو جلد دور کرتی ہیں۔ پہلی خوراک سے ہی فائدہ معلوم ہوتا ہے، ترکیب استعمال کھانسی کے وقت بچوں کو ایک گولی اور بڑوں کو ۲ گولیاں تک دی جاتی ہیں۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	حب سرفہ وند
فی شیشی عہ/	یہ گولیاں سوزاک کے لئے نہایت مفید ہیں، نئے سوزاک کو ایک روز میں، اور پرانے سوزاک کو جس میں کیسا ہی قرحہ پڑ گیا ہو تین روز میں نیست و نابود کر دیتی ہیں۔ پیپ خون کی آمد بالکل بند ہو جاتی ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی صبح کو ایک گولی شام کو ۵ تولے چھاچھ میں گھول کر پچکاری کی جاتی ہے۔ (نوٹ: پچکاری کی گولیاں اسکے ساتھ دی جاتی ہے۔	حب پچکاری سوزاک
فی درجن ۳/	یہ گولیاں آشوب چشم کو دور کرتی ہیں، آنکھوں کی سرخی کو کاٹتی ہیں، درد کو تسکین دیتی اور مواد کو تحلیل کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی پانی میں گھس کر آنکھوں کے پپوٹوں پر نیم گرم صبح دوپہر اور شام کو لیپ کریں۔	حب سرخہ
فی درجن ۱۰/	آواز بستہ کو صاف کرتی ہیں، اور نہایت مفید ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی صبح و شام منہ میں رکھ کر گھلائیں۔	حب آواز کشا
فی درجن ۳/	آنکھوں کے لئے نہایت مفید ہیں، آنکھوں کے درد، سرخی، سبل کو دور کرتی ہیں اور آنکھ کے مواد کو تحلیل کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی خشخاش کے پوست کے پانی میں گھس کر پپوٹوں پر لیپ کریں۔	حب سیاہ
فی درجن ۳/	دمہ کے لئے نہایت مفید ہیں، ضیق النفس کے دورے کو روک دیتی ہیں، اپنے کام کی بہترین گولیاں ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی رات کو سوتے وقت عرق گاؤزباں ۲ تولے کے ساتھ یا صرف ایک گولی تنہا ہی استعمال کی جائے۔ ترشی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	حب ضیق النفس
فی درجن عہ/	نہایت اعلیٰ درجے کی ممسک اور مقوی باہ ہے اور خوش کیف ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی مباشرت سے ۲ گھنٹے پیشتر غذا ہضم ہو جانے کے بعد پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	حب ممسک سلطانی

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب ممسک	یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مسک ہیں، سرعت انزال کی شکایت رفع کرنے میں بے نظیر ثابت ہوئی ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی مباشرت سے ۲ گھنٹے پیشتر غذا ہضم ہوجانے کے بعد پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن ۱۲ر
حب عنبر مومیائی	تقویت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں، نوجوانی کی غلط کاری سے اعضائے تناسل اور اعضائے رئیسہ میں جو ضعف پیدا ہوجاتا ہے، اس کو دور کرتی ہیں، اور اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر کمزوری کی جملی شکایتوں کو دور کرتی ہیں۔ مباشرت کے بعد ان کا استعمال بہت مفید ہے، قوت میں کمی نہیں ہونے دیتیں، ان کے استعمال کے بعد قوت عود کر آتی ہے۔ ترکیب استعمال رات کو سوتے وقت ۲ گولیاں پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن عہ
حب بواسیر بادی	یہ گولیاں بواسیر کے لئے نہایت مفید ہیں، سوزش کو رفع کرتی ہیں، مسّوں کو خشک کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال ۲ گولیاں تازہ پانی کے ساتھ کھائی جاتی ہیں۔ مسّوں پر ضماد بواسیر لگائیں۔	فی درجن ۳ر
حب بواسیر خونی	یہ گولیاں خونی بواسیر کے لئے بہت مفید ہیں۔ ترکیب استعمال ۲ گولیاں صبح کو تازہ پانی کے ساتھ کھائی جاتی ہیں۔	فی درجن ۳ر
حب کبد نوشادری	امراض جگر کے لئے نہایت مفید ہیں، جگر کی سختی اور جگر بڑھ جانے اور زیادتی بلغم سے جگر کے عروق مجاری میں جو شدّے پڑجاتے ہیں، ان کو دور کر دیتی ہیں، قبض اور گرانی شکم کو رفع کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال ۲ گولیاں دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں، دیر ہضم غذا، اور گرم اشیا نہ کھائیں۔	فی درجن ۱ر
حب مرواریدی	یہ گولیاں عورتوں کے لئے نہایت مفید ہیں، عورتوں کی ان مخصوص اور پوشیدہ شکایتوں کو دور کرتی ہیں، جو ان کی تندرستی اور قوت کو آہستہ آہستہ بالکل خراب کر دیتی ہیں، اور جوانی میں بڑھاپے کی حالت پیدا کر دیتی ہیں۔ رحم سے سفید رطوبت کا جاری رہنا، جریان منی وغیرہ ان شکایتوں کے نام ہیں، ان کے جو نتیجے کچھ عرصے کے بعد ظاہر ہوتے ہیں وہ درد انگیز ہیں۔ سفید رطوبت جو رحم سے	فی درجن ۱۲ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب مرواریدی	جاتی ہے، وہ عورت کو نہایت کمزور کردیتی ہے، یہ گولیاں اس کو دور کرتی ہیں سیلان کو روکتی ہیں، جریان کو کھوتی ہیں۔ ترکیب استعمال ایک ایک گولی صبح اور شام عرق عنبرہ تولہ کے ساتھ یا دودھ کے ساتھ استعمال کی جائے۔ گرم، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔	فی درجن ۱۲ر
حب عذروی	یہ گولیاں عورتوں کے رحم کی رطوبت خشک کرکے تنگی پیدا کرنے میں بے نظیر ثابت ہوئی ہیں۔ ترکیب استعمال رات کو سوتے وقت ایک گولی اندام نہانی میں رکھ دی جائے اور صبح کو علیحدہ کردی جائے۔	فی درجن ۹ر
حب ملذذ	یہ لذت کی نہایت عمدہ بہترین اور بے ضرر دوا ہے، طرفین پر یکساں اثر کرتی ہے اور بہت ہی کیفیت دیتی ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی چنبیلی کے تیل میں گھس کر وقت سے تھوڑی دیر پہلے سر عضو پر لیپ کریں۔	فی درجن ۱۲ر
حلوائے [illegible]	باہ کو ترقی دیتا ہے، درد کو رفع کرتا ہے، سیلان منی اور سستی کو دفع کرتا ہے چہرے کو سرخ کرتا ہے، بدن کو قوی و فربہ کرتا ہے۔ ترکیب استعمال صبح کو ایک تولہ کھا کر اوپر سے گائے کا دودھ پاؤ سیر پی لیں، ترش و بادی اشیاء سے پرہیز۔	فی سیر صہ
حب [illegible]	یہ گولیاں امراض سوداوی کو دور کرتی ہیں، آتشک کو زائل کر دیتی ہیں، اور تنقیہ کے بعد بہت فائدہ دیتی ہیں، اور وجع المفاصل کو جو آتشک کی وجہ سے ہو دور کر دیتی ہیں، اور سوداوی دستوں کو روکتی ہیں، عجیب و غریب ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی صبح اور ایک گولی شام پانی کے ساتھ حلق سے اتار لیں، دوا کے استعمال تک مونگ کی دال اور کدو سے دراز نہ کھائیں، باقی اور کسی چیز کا چنداں پرہیز نہیں۔	فی درجن ۹ر
حب حمیٰ	یہ گولیاں بخار کو خواہ کیسا ہی پرانا کیوں نہ ہو بیخ و بن سے کھو دیتی ہیں، اور بارہا کی مجرب ہیں۔ ترکیب استعمال ۲ گولیاں سرد پانی کے ساتھ بخار نہ ہونے کی حالت میں استعمال کی جائیں۔	فی شیشی ۱۲ر

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی درجن ۳/	ضعفِ باہ کی ایک مخصوص چیز ہے، بدن کو قوت دیتی ہے، اور اعضاء رئیسہ کو قوی بناتی ہیں، ان کے چند روزہ استعمال سے پٹھوں میں حرکت اور قوت آ جاتی ہے، دماغی ضعف دور ہو کر سستی دور ہو جاتی ہے، بھوک خوب لگاتی ہیں خون کی پیدائش بڑھاتی ہیں، ان کے چند روزہ مسلسل استعمال سے بہت فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی صبح کے وقت پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔	حب خاص
فی درجن ۸/	یہ گولیاں مردانہ قوت کو قائم رکھتی ہیں، اور ضعفِ باہ کو دور کرنے میں عجیب الاثر ہیں، جوانی کی بے اعتدالیوں یا پیرانہ سالی سے جو کمزوری ہوتی ہے اس کو دور کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال جوان آدمی ایک ہفتے تک نصف گولی مکھن یا دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ اس کے بعد ایک گولی تک استعمال کر سکتے ہیں بوڑھے آدمی اول ہی میں ایک گولی استعمال کریں، ترشی و بادی اور مجامعت سے دوران استعمال میں پرہیز کیا جائے۔ عام طور پر موسم سرما میں اس کا استعمال مناسب ہے موسم گرما میں گرم مقامات پر اس کے استعمال کی اجازت نہیں۔	حب احمر
فی تولہ ۱۲/ فی سیر ۵	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، خیالات فاسدہ اور خفقان کو نافع ہے امراض سوداوی کو مفید ہے، بیماری کے بعد جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے، اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے۔ اپنے فعل کی لاجواب چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک یہ خمیرہ صبح کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولہ عرق گذر ۵ تولے یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ یا صرف خمیرہ ہی استعمال کیا جاتا ہے، کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	خمیرۂ ابریشم حکیم ارشد والا
فی سیر للعہ فی تولہ ۸/	وحشت اور خفقان کو دور کرتا ہے، قوتِ باصرہ (بینائی) کو ترقی دیتا ہے۔ حافظ کو تیز کرتا ہے، معدے کو قوی کر کے ہاضمے کو بڑھاتا ہے۔ نیز سل ودق اور کالی کھانسی میں نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ خمیرہ صبح کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولے کے ساتھ یا صرف خمیرہ استعمال کیا جاتا ہے۔	خمیرۂ ابریشم شیرہ عناب والا

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
خمیرہ گاؤزبان سادہ	دل، دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے، وسواس، خفقان اور مالیخولیا کے لئے نہایت مفید ہے۔ ترکیب استعمال ایک تولے یہ خمیرہ صبح کو چاندی کے ورق میں لپیٹ کر کھائیں۔	فی سیر ۸/
خمیرہ گاؤزبان عنبری	دل، دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے، دماغی کام کرنے والوں کے لئے طب یونانی کا زندہ معجزہ ہے۔ ترکیب استعمال صبح کے وقت ۶ ماشے یہ خمیرہ استعمال کریں، اور کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۲/
خمیرہ گاؤزبان عنبری خاص	اعضائے رئیسہ، دل، دماغ کو قوت دیتا ہے، بصارت کو قائم رکھتا ہے، اور حافظہ کو ترقی دیتا ہے، ہر قسم کی کمزوری کو زائل کرتا ہے، روح پر اس کا اثر جلد محسوس ہوتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے یہ خمیرہ عرق گذرہ تولے، شربت انار ترش ۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔	فی تولہ ۸/
خمیرہ گاؤزبان عنبری جدوار عود صلیب والا	عام کمزوری کو زائل کرتا ہے، اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، اعصاب کے ضعف کو دور کرتا ہے، حافظہ کے لئے بہت مفید ہے، زیادہ عرصے تک بیمار رہنے سے جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے، اس کو زائل کر دیتا ہے، مرگی، رعشہ، لقوہ فالج کے اثرات کا ازالہ کرتا ہے۔ بچوں کے مرض ام الصبیان اور عورتوں کی بیماری اختناق الرحم میں نافع ہے، عمدہ چیز ہے، بیش قیمت ادویہ سے تیار کیا جاتا ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ خمیرہ کشتہ مرجان ۲ چاول، عرق گاؤزبان ۵ تولے، عرق گذرہ تولے، شربت ابریشم سادہ ۲ تولے کے ساتھ یا صرف کشتہ مرجان جواہر والا کے ساتھ، یا صرف خمیرہ تنہا بھی استعمال کر سکتے ہیں۔	فی تولہ ۶/
خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی کام کرنے والوں کے لئے نہایت مفید ہے، دماغ کو روشن اور شگفتہ رکھتا ہے، اور محنت کی زیادتی سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا، بینائی اور حافظہ کو ترقی دیتا ہے، خیالات فاسدہ کو دور کرتا ہے تفریح پیدا کرتا ہے، دماغ کی خشکی دفع کرتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ خمیرہ کشتہ مرجان ۲ چاول یا	فی تولہ ۴/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں۔ تنہا صرف خمیرہ بھی استعمال کر سکتے ہیں، کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	
خمیرہ مروارید	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، خفقان اور گھبراہٹ کو دور کرتا ہے، موتی جھرہ اور چیچک میں بھی دل کی گھبراہٹ کے لئے دیا جاتا ہے۔ ترکیب استعمال، ۳ ماشے سے ۶ ماشے تک یہ خمیرہ صبح و شام استعمال کریں۔	فی سیر سعہ/ فی تولہ ۱۲/
خمیرہ مروارید بنسخہ کلاں	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، بہت سا خون نکل جانے، یا دستوں کی وجہ سے جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اس کو اور ہر قسم کی کمزوریوں کو دور کرتا ہے، ضعف قلب اور خفقان میں بہت مفید ہے۔ موتی جھرہ اور چیچک میں جو گھبراہٹ اور دل پر گرمی ہوتی ہے، اسے زائل کرتا ہے، اچھے موتی اور جواہرات اور ورق طلاء جیسے قیمتی اجزا سے بنایا جاتا ہے، اعلیٰ درجے کی چیز ہے، اس کا مزاج معتدل ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے سے لیکر ۵ ماشے تک یہ خمیرہ صبح اور شام کو استعمال کرنا چاہئے۔	فی سیر صعہ/ فی تولہ ۱۰/
خمیرہ زہر مہرہ	خفقان، وحشت، مالیخولیا، اور مراق کے لئے بہت مفید ہے تشنگی دور کرتا ہے تقویت قلب میں بے مثل ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے صبح و سہ پہر کو استعمال کریں۔ گرم و بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۸/
خمیرہ نزلہ جوشِ مسیح والا	تجربہ شاہد ہے کہ طالب علم، وکیل، مصنف اور دیگر دماغی کام کرنے والے اکثر نزلہ، زکام، کمزوری دماغ وغیرہ شکایات میں مبتلا رہتے ہیں، اور عام اشخاص بھی بے احتیاطی کی وجہ سے اکثر ان امراض کا شکار نظر آتے ہیں۔ ان اشخاص کے لئے یہ عجیب و غریب بے خطا دوا بنائی گئی ہے۔ اس دوا کے بہترین فوائد کو دیکھ کر طب یونانی کی ہمہ گیری کا اعتراف کرنا پڑتا ہے۔ کیسا ہی پرانا نزلہ، زکام ہو، اس کے استعمال سے اس کا قلع قمع ہو جاتا ہے۔ طرہ یہ کہ یہ دوا اعلیٰ درجے کی مقوی دماغ بھی ہے، ضعف اعصاب کو دور کرتی اور بھوک لگاتی ہے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ ان مہلک امراض سے رہائی حاصل کریں تو آپ کو دنیا بھر میں اس سے بہتر دوا نہیں مل سکے گی۔ اس کی قدر آپ استعمال کے بعد ہی کر سکتے ہیں	فی شیشی ۱۰ خوراک ۱۲/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ خمیرہ صبح کو یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں، ترش ثقیل اور زیادہ سرد اشیا سے پرہیز کرنا چاہیئے	
دوار الشفا ر	ہر قسم کے جنون اور پاگل پن کے لئے دنیا میں بہترین دوا ہے، اس کے بے نظیر فوائد کو عام طور پر تسلیم کیا گیا ہے۔ جنون کے عوارض میں بہت جلد تخفیف ہو جاتی ہے۔ جنون جو اختناق الرحم (باؤگولے) کی وجہ سے ہو، اس کے لئے عجیب و غریب چیز ہے۔ اس کی استعمال کی مدت مرض کی نوعیت کے لحاظ سے مختلف ہے۔ لیکن عام طور پر زیادہ سے زیادہ ۴۰ روز کا استعمال پورے فائدے کے لئے کافی ہے۔ ترکیب استعمال ایک قرص صبح کو شربت راحت روح ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔ اگر شربت نہ مل سکے تو صرف پانی کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن ۱۲ ر
دوائے جریان پڑی صاحب	جریان کے لئے مفید ہے۔ خصوصاً اس جریان میں جس کا سبب رطوبت کی کثرت ہو، قبض کو دفع کرتی ہے۔ ترکیب استعمال۔ ایک رتی یہ دوا ایک تولہ بالائی میں ملا کر صبح کو استعمال کریں لال مرچ اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱۲/ فی ماشہ ۲ ر
دوار المسک بارد جواہر والی	خفقان اور وحشت کو بہت جلد روک دیتی ہے، اور روح کو فوراً قوت پہنچاتی ہے، اعضائے رئیسہ کو قوی کرتی ہے، اور خیالات فاسدہ اور دل کی گرمی کو دور کرتی ہے، دل کو فرحت دیتی ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ دوا عرق گذر، تولے عرق عنبر ۲ تولے کے ساتھ یا تنہا صرف دوا ہی استعمال کریں۔	فی سیر للعہ فی تولہ ۸ ر
دوار المسک حار جواہر والی	روح، قلب اور دماغ کو طاقت دیتی ہے، وحشت اور مالیخولیا اور امراض باردہ مثلاً فالج، لقوہ، رعشہ کے لئے مفید ہے، ضعف معدہ کو دور کر دیتی ہے اور رطوبات معدہ کو تحلیل کرتی ہے، نہایت مفید اور زود اثر ہے ترکیب استعمال ۵ ماشے دوار المسک، عرق بادیان ۵ تولے، عرق گذر سادہ ۵ تولے، عرق عنبر ۳ تولے، نبات سفید ۳ تولے، کے ساتھ استعمال کی جائے۔ بلا کسی بدرقے بھی یہ دوا استعمال کی جا سکتی ہے۔ کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی سیر عـہ فی تولہ ۸ ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
دواء المسک معتدل جواہر والی	سوداوی خفقان، مالیخولیا کے لئے مفید ہے، دل اور جگر اور معدے کو قوت دیتی ہے، سوداوی بخارات کو تحلیل کرتی ہے، قیمتی فوائد رکھتی ہے، بیماری کے بعد جو کمزوری ہو جاتی ہے اس کو جلد رفع کرتی ہے۔ ترکیب استعمال یہ دوا ۳ ماشے سے ۷ ماشے تک صبح کو مناسب بدرقہ کے ساتھ استعمال کی جائے، مندرجہ ذیل ادویہ کے ہمراہ استعمال کریں، تو زیادہ مفید ہوتی ہے، عرق عنبر ۴ تولے، عرق گاؤزبان ۴ تولے، عرق بادیان ۴ تولے، مصری ۲ تولے۔	فی تولہ ۶/
دوائے حابس	مستورات کی ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتی ہے خون حیض کی کثرت کو جس کا بند ہونا بعض اوقات سخت مشکل ہو جاتا ہے، اس دوا کی صرف ۴ خوراکیں بند کر دیتی ہیں۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے یہ دوا صبح و شام پاؤ سیر دودھ یا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔	فی تولہ ۲/
دوائے مالش	یہ دوا ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے اپنے ہاتھوں آپ تباہ ہو چکے ہیں، دوائے مالش رگوں پٹھوں کی جملہ خرابیوں کو زائل کر کے پوری قوت پہنچاتی ہے۔ اپنے کام کی نہایت مفید دوا ہے۔ ترکیب استعمال کنج ران جسے چڈھا بھی کہتے ہیں اور عضو کے چاروں طرف ہلکے ہاتھ سے اچھی طرح نیم گرم مالش کریں، بہتر یہ ہے کہ اس کے استعمال کے بعد کوئی طلا بھی ضرور استعمال کریں۔	فی تولہ عہ
دوائے ٹکور	اس دوا کے بھی وہی فوائد ہیں جو دوائے مالش کے ہیں اگر دونوں یکے بعد دیگرے استعمال ہوں، تو بہت جلد فائدہ ظہور میں آتا ہے۔ ترکیب استعمال یہ دوا ایک تولے کپڑے میں باندھ کر پوٹلی بنائیں، اور ۲ تولے تل کے گرم تیل میں پوٹلی گرم کر کے عضو پر ٹکور کریں۔ یہ عمل ۱۵ منٹ تک جاری رہنا چاہئے۔ (نوٹ) بہتر یہ ہے کہ دوائے مالش ایک ہفتے تک استعمال کی جائے اس کے بعد دوائے ٹکور ایک ہفتے استعمال کی جائے۔ اگر زیادہ ضرورت محسوس ہو تو طلاء کیمیا تاثیر جو اسی فہرست میں درج ہے تیسرے ہفتے سے شروع کر دیں اثناء ران میں اگر کوئی مقوی دوا استعمال کی جائے تو سونے پر سہاگہ ہے۔	فی ڈبیہ ۷ یوم کی دوا ۱۲/ —

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
روح عشبہ	آتشک وغیرہ تمام سوداوی امراض میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے، اعلیٰ درجے کی مصفیٰ خون ہے، پھوڑے اور پھنسیوں کو بہت جلد خشک کرتی ہے خاص اہتمام سے تیار کی جاتی ہے۔ **ترکیب استعمال** ۴ تولے اس روح میں مصری ۲ تولے ڈال کر استعمال کریں بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز۔	فی بوتل ۶/
روغن سوزاک جدید	یہ روغن نئے اور پرانے سوزاک کے لئے اس قدر مفید ہے کہ بیان سے باہر ہے سوزاک کو چند ہی روز میں مستقل فائدہ بخشتا ہے جلن کو رفع کرتا ہے، قرحہ کو بھرتا ہے، ہر موسم میں اس کا استعمال بے خطر ہے۔ **ترکیب استعمال** ایک ماشے یہ روغن بتاشے میں ڈال کر منہ میں رکھیں اوپر سے شربت بزوری ۴ تولے پانی میں گھول کر پئیں۔ سرخ مرچ اور گرم اشیاء سے پرہیز	فی شیشی ۱۲ خوراک عہ/
روغن [illegible]	یہ روغن عصبی دردوں کے واسطے بے نظیر بلکہ اکسیر ہے۔ گٹھیا، ذات الجنب اور درد قولنج وغیرہ میں نہایت مفید ہے سجلے ہوئے مقام پر لگانے سے فوراً آرام ہو جاتا ہے۔ نیم گرم مالش کی جاتی ہے۔	فی تولہ ۱۲/
روغن بادام شیریں	اعضاء کی خشکی کو رفع کرتا ہے، قبض کو دور کرتا ہے، اور دماغ کو قوت دیتا ہے، نیند لاتا ہے، کم خوابی کی شکایت میں نافع ہے، دست لانے میں اعانت کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال** اگر قبض آنتوں کی خشکی کی وجہ سے ہو تو ۶ ماشے سے ایک تولے تک آدھ پاؤ نیم گرم دودھ کے ساتھ سوتے وقت استعمال کریں اور تقویت دماغ اور نیند لانے کے لئے دماغ پر مالش کریں۔	فی سیر سعہ/ فی تولہ ۶/
روغن سماعت کشا	امراض حارہ کے بعد کسی تیز مادے سے حرارت کے باعث ثقل سماعت پیدا ہو جاتا ہے، اور کم سننا اور اونچا سننا اور کان کا بجنا وغیرہ شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں، ان شکایتوں میں یہ روغن بہت مفید ہے۔ **ترکیب استعمال** دن میں دو تین مرتبہ اس کے نیم گرم قطرے کان میں ٹپکائیں۔	فی تولہ ۴/
روغن کاہو	سر کے درد اور دماغ کی خشکی کو رفع کرتا ہے، بے خوابی کو دور کرتا ہے اور فوراً نیند لاتا ہے **ترکیب استعمال** اس کو سر پر ملیں۔	فی سیر للعہ فی تولہ ۱/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
روغن کدو	درد سر حار اور بے خوابی کو جو خشکی کی وجہ سے ہو دور کرتا ہے، دماغ کو قوت دیتا ہے، نہایت مفید تیل ہے۔ ترکیب استعمال بقدر ضرورت سر پر مالش کرنی چاہئے۔	فی تولہ ۱۰ر
روغن لبوب سبعہ	دماغ کی خشکی کو دور کرتا ہے، میٹھی نیند لاتا ہے، مرض سہر (بے خوابی) جس میں کسی وقت نیند نہیں آتی، بہت نافع ہے، ناک کے زخم کو بھرتا ہے۔ ترکیب استعمال دماغ پر اس کو مالش کرنا چاہئے اور اچھی طرح جذب کر دینا چاہئے، ناک کے زخم کے لئے ۳ قطرے ٹپکائیں۔	فی تولہ ۲ر
روغن صندل	یہ روغن پرانے سوزاک کو فائدہ دیتا ہے، قرحے کو بھرتا ہے، سوزاک کی جلن دور کرتا ہے، نہایت مفید و مجرب ہے۔ ترکیب استعمال ایک ماشے یہ روغن بتاشے میں رکھ کر منہ میں ڈالیں اوپر سے شربت بزوری ۲ تولے پئیں۔	فی تولہ عہر
روغن سورنجان	یہ تیل کمر اور پنڈلیوں کے درد اور وجع المفاصل و نقرس وغیرہ کے لئے بہت ہی مفید ہے۔ ترکیب استعمال نیم گرم درد کی جگہ مالش کریں، اور سرد ہوا سے مقام ماؤف کو حتی الامکان بچانا چاہئے۔	فی تولہ ۲ر
روغن ناصور	دنیا بھر میں ناصور کے لئے بہترین دوا ہے، ہزاروں مایوس العلاج مریض اس کے استعمال سے فائدہ اٹھا چکے ہیں، بے خطا اور مجرب ہے۔ ترکیب استعمال ناصور کو نیم کے پانی یا صابون سے صاف کرکے اس دوا کی تین چار قطرے ٹپکائیں، یا روئی کی بتی میں لگا کر ناصور میں رکھیں۔ نوٹ شیشی کو استعمال کے وقت ہلا ضرور لینا چاہئے۔	فی تولہ مہر
روغن مقوی	یہ روغن قوت باہ کے لئے ایک عجیب چیز ہے، حیرت انگیز قوت پیدا کرتا ہے، سیروں دودھ اور گھی ہضم کرتا ہے، غذا کو جزو بدن بناتا ہے، اس روغن کو استعمال کرنے سے پہلے اپنا وزن کر لیجئے، اور ۱۵ روز کے بعد اپنا وزن کیجئے، پھر دیکھئے آپ کا وزن کتنا بڑھا؟ ہزاروں سست اور لاغر اصحاب اس کے چند روزہ استعمال سے چست اور فربہ ہو گئے ہیں۔ بعض اوقات جسم میں غیر معمولی	فی شیشی ۶ ماشے عر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
روغن مقوی	تتلی کی وجہ سے بولنے میں تأمل ہوتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ رتی سے ۴ رتی تک یہ روغن صبح کو یا شب کو پاؤ سیر دودھ یا تولہ بھر مکھن میں ملا کر استعمال کریں، دوران استعمال میں دودھ اور گھی جس قدر ہضم کرسکیں استعمال کریں، ترش اور ثقیل اشیا سے پرہیز کریں۔	فی شیشی ۶ ماشے عہ/
سنون مقوی دندان	دانتوں اور مسوڑوں کو مضبوط کرتا ہے، دانتوں کی ہر قسم کی بیماریوں کو رفع کرتا ہے، مسوڑوں سے خون آنے کو روکتا ہے، مسوڑوں کا گوشت اگر گل بھی گیا ہو تو پھر پیدا کرتا ہے۔ ترکیب استعمال سوتے وقت دانتوں پر ملیں، اس کے بعد کلی نہ کریں، صبح کو مسواک یا برش سے صاف کردیں۔	فی تولہ ۲/
سنون پائیوریا [illegible]	ہلتے ہوئے دانتوں کو جماتا ہے، بشرطیکہ جگہ نہ چھوڑ چکے ہوں، اور مسوڑوں کی حفاظت کرتا ہے، دانتوں کی نگہداشت کرتا ہے اور انہیں جلا دیتا ہے غرضکہ دانتوں کے واسطے عمدہ چیز ہے۔ ترکیب استعمال اس منجن کو دانتوں پر مل کر تھوڑی دیر کلی نہ کریں۔ شب کو مل کر سونا زیادہ مفید ہے۔	فی تولہ ۲/
سفوف سوزاک قطعی ومجرب	سوزاک کا قرحہ بھر دیتا ہے، اور اس دیرپا آزار سے نجات دلاتا ہے، جریان کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔ ترکیب استعمال ایک ماشے پہلے دن، دوسرے دن ڈیڑھ ماشے، تیسرے دن ۲ ماشے، یہ سفوف شربت بزوری ۴ تولے، یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں۔ لال مرچ، گرم اور ترش اشیا سے پرہیز کرنا چاہئے۔	فی تولہ ۴/
سفوف مغلظ وممسک	رقت وسرعت انزال کی شکایت کو رفع کرتا ہے، اور مادہ تولید کو غلیظ کرتا ہے اور نہایت مبہی وممسک ہے، جریان کیسا ہی زیادتی کے ساتھ ہو، خدا کے فضل وکرم سے ۲۱ روز میں صحت کلی ہوجاتی ہے۔ ترکیب استعمال ۶ یا ۷ ماشے یہ سفوف صبح کو پاؤ بھر گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کریں، کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی ڈبیہ ۲۰ خوراک عہ/
سفوف حابس	کثرت حیض کو روکتا ہے، ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتا ہے، رحم کی خراب	

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
سفوف حابس	رطوبت خشک کرتا ہے، جریان اور سیلانِ رطوبت کو مفید ہے، رحم کی تمام خرابیوں کی اصلاح کرتا ہے، نیز بواسیر کے خون کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال، ۸ ماشے صبح کو تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں، بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔	۱۵ خوراک ۱۲؍
سفوف لاال طلع	معدے کو قوت دیتا ہے، بھوک لگاتا ہے، قبض کو رفع کرتا ہے، معدے کے ضعف اور ریاحی درد کو زائل کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ رتی یہ سفوف جوارش کمونی ۹ ماشے میں ملاکر استعمال کریں، بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱۲؍
سفوف مکی شیخ الرئیس	معدے کو قوت دیتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے، ریاح کو تحلیل کرتا ہے، ہضم اچھا کرتا ہے، خون صالح پیدا کرتا ہے، شیخ الرئیس بوعلی سینا نے اس نسخے کو تجویز فرمایا ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے یہ سفوف غذا کے بعد یا جس وقت ضرورت پیش آئے استعمال کرنا چاہیئے۔	فی تولہ ۱؍
شربت فولاد	معدے کو قوت دیتا ہے، جگر کو خاص طور پر تقویت بخشتا ہے، خون صالح بکثرت پیدا کرتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے، قوت جسمانی کو ترقی دیتا ہے، چہرے کو خوش رنگ بناتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری کو دور کرتا ہے معدے کی کمزوری کی وجہ سے جو دست آتے ہیں ان کو روکتا ہے۔ نیز طحال اور جگر بڑھ جانے کو بھی مفید ہے۔ پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ۔	فی شیشی عہ؍
ضماد شباب	یہ لیپ عورتوں کے پستانوں کے لئے ہے۔ اس کے استعمال سے ڈھیلا پن جاتا رہتا ہے اور وہ باکرہ عورت کے پستانوں کی طرح سخت اور سڈول ہوجاتے ہیں استعمال کرنے میں کوئی دقت نہیں نہایت مفید بے ضرر اور خوشبودار ضماد ہے	فی ڈبیہ عہ؍
طلائے شباب	یہ طلا، ہمدم دواخانے کی مخصوص چیز ہے۔ اس کے اجزاء کو موجودہ میڈیکل سائنس کی روشنی میں ترتیب دیا گیا ہے۔ اس حیثیت سے یہ طلا اس قدر مفید ہوگیا ہے کہ اس کے متعلق کچھ لکھنا فضول ہے۔ یہ طلا عضوئے مخصوص کی تمام خرابیوں کو رفع کرکے نہایت قوت پہونچاتا ہے اسکے اجزاء سریع النفوذ ہیں۔	فی شیشی سے؍

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
اصلی طلاء اکسیر شباب ممسک انزال	اس زمانے میں جہاں تک دیکھا گیا ہے فی صدی نوّے بلکہ پچانوے ابنائے وطن کمزوراور باہ کے شاکی ہیں۔ جس کی وجہ زیادہ تر بچپن کی غلط کاری اور جوانی کی بے عنوانیاں ہوتی ہیں، اور پھر غضب یہ ہے کہ شرم کے مارے کسی حاذق طبیب سے رجوع نہیں کرتے اور نہ اپنا درد دل کہتے ہیں، اور دل کی حسرت دل ہی میں لئے ہوئے دنیا سے سفر کر جاتے ہیں۔ لہذا ان حضرات کے واسطے جو اپنے آپ کو تباہ کر چکے ہیں، اور ازکار رفتہ مایوس ہو کر موت کو زندگی سے بہتر سمجھنے لگے ہوں۔ یہ طلاء نہایت محنت اور جستجو سے تیار کیا گیا ہے۔ فی الواقع یہ کیمیا تاثیر طلاء ہے، اور لطف یہ ہے کہ بالکل بے ضرر ہے۔ نہ آبلہ کرتا ہے نہ سوزش۔ اور نہ بے چینی پیدا ہوتی ہے۔ اور اگر ۲ ہفتے پابندی شرائط کے ساتھ اس کا استعمال کیا جائے تو عضو کی کمزوری خواہ کسی سبب سے ہو زائل کرکے از سر نو طاقت اور برانگیختگی پیدا کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۴ رتی سر اور سیون بچا کر مالش کریں، اور اوپر سے بنگلہ پان یا معمولی پان نیم گرم کرکے کچے سوت سے باندھیں اور صبح کو کھول دیں، اور سرد پانی سے پرہیز کریں۔ اور جماع سے جب تک طلاء کا استعمال رہے قطعی پرہیز کریں۔ اگر کچھ دانے نکل آئیں تو طلاء موقوف کرکے چنبیلی کا تیل لگائیں۔ جب آرام ہو جائے تو پھر شروع کر دیں۔	فی تولہ سے/
طلاء مجلوق	یہ طلاء ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے تباہ ہو چکے ہوں، رگوں اور پٹھوں کی جملہ خرابیوں اور کجی کو زائل کرکے پوری قوت پہونچاتا ہے، نہایت مفید ثابت ہوا ہے، اس کے لئے موسم اور وقت کی قید نہیں، ہر موسم اور ہر وقت استعمال کر سکتے ہیں اور خوبی یہ ہے کہ صرف نیم گرم مالش کی جاتی ہے نہ باندھنے کا جھنجال ہے اور نہ کپڑے خراب ہونے کا احتمال۔ کوئی دوا اس میں ناپاک اور بدبودار نہیں۔ دوسری خوبی اس کی یہ ہے کہ کسی جگہ درد ہو اس طلاء کی چند روزہ مالش سے کافور ہو جاتا ہے۔ مجلوقین کے لئے اس کا استعمال کم از کم ایک ماہ اور زیادہ تین ماہ تک کافی ہوتا ہے، اگر کامل فائدہ اٹھانا ہو تو اس عجیب وغریب طلاء کا استعمال کریں، نہایت مفید نتائج کا حامل ہے۔	فی شیشی عہ/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	ترکیب استعمال اس کو نیم گرم کرکے تمام عضو پر خوب مالش کریں ٹھنڈے پانی سے حتی الامکان اور مجامعت سے قطعی پرہیز کریں۔	
طلائے اعجاز	وہ تمام خرابیاں جو بے ہودہ افعال سے اکثر نوجوانوں کو لاحق ہو جاتی ہیں اور وہ شرم سے اس کا اظہار نہیں کرتے۔ اور رفتہ رفتہ لطفِ زندگی کھو کر صد حسرت کفِ افسوس ملتے ہوئے راہی عدم ہو جاتے ہیں، ان کے لئے یہ طلاء واقعی اعجاز اثر ہے، اور اس کے استعمال سے قوت رفتہ عود کر آتی ہے، اعصاب میں توانائی پیدا کرتا ہے، آبلہ و سوزش سے بالکل مبرا ہے۔ ہر موسم اور ہر مذہب کے لوگ استعمال کر سکتے ہیں۔ ترکیب استعمال رات کو ۴ رتی گرم کرکے سر اور سیون چھوڑ کر مالش کریں اوپر سے پان گرم کرکے باندھیں۔ سرد پانی اور مجامعت سے پرہیز کریں۔	فی شیشی عہ/
طلائے الماس	عجیب و غریب طلاء ہے جس کے فوائد کا چرچہ عام ہے، ہیرے جیسے قیمتی اجزائے خاص اہتمام کے ساتھ تیار کیا جاتا ہے۔ عضوئے مخصوص کی ہر قسم کی خرابی رفع کرنے میں عدیم المثال ہے سُست اور بے کار اعصاب از سرِ نو تازہ ہو جاتے ہیں یعنی لاغری، کمزوری کو جلد رفع کرتا ہے، اور اس کے چند روزہ استعمال سے مریض غیر معمولی قوت محسوس کرنے لگتا ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی کا ½ حصہ روغن چنبیلی میں گھس کر حشفہ اور سیون چھوڑ کر لگائیں، اوپر سے پان باندھیں، مجامعت سے پرہیز۔	فی گولی للعہ/
عرق فولاد	نہایت ہاضم مقوی اعصاب اور مقوی معدہ ہے، عمدہ خون پیدا کرکے چہرے کا رنگ نکھارتا ہے، بواسیر خونی و بادی کے لئے خاص طور پر مفید ہے۔ معدہ اور جگر کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرتا ہے، جگر کی سختی کو زائل کرتا ہے۔ ترکیب استعمال صبح ۵ تولے عرق میں ایک تولے مصری ملا کر پی لیں۔	فی بوتل صہ/
عرق [illegible] افزا	دل، دماغ اور جگر کو نہایت قوت بخشتا ہے، معدے کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرتا ہے، اور ہاضمے کو بے حد قوی کرتا ہے، اعلیٰ درجے کا مشتہی ہے، غذا کو جزوِ بدن بناتا اور خون صالح کثرت سے پیدا کرکے چہرے کو خوش رنگ	فی بوتل سے

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
عرق [illegible] نمبر ۱	بناتا ہے سستی وکاہلی کو دور کرکے طبیعت میں بشاشت اور شگفتگی اور جسم میں چستی وتوانگی پیدا کرتا ہے۔ ہر قسم کے ضعف کو خواہ کسی وجہ سے ہو دفع کرتا ہے، اور گئی ہوئی طاقت کو واپس لاتا ہے، محرک باہ ہے، سالہا سال تجربہ کیا ہے ہمیشہ تیر بہدف ثابت ہوا قریب قریب ہر مزاج پر یکساں فائدہ دکھاتا ہے، بلا قید موسم استعمال کیا جاتا ہے، ترکیب استعمال ۲ تولے عرق میں ۹ ماشے مصری ملاکر صبح یا سہ پہر کے وقت استعمال کریں۔ ترش اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی بوتل سے
عرق چوب چینی مجرب خاص	اعلیٰ درجے کا مصفیٰ خون ہے، پھوڑے پھنسیوں کو، اور خون کی ہر خرابی کو دور کرتا ہے، چہرے کا رنگ نکھارتا ہے، قوت باہ کے لئے مفید ہے، عقل وحواس کو تقویت دیتا ہے، معدے کو قوت دیتا ہے، ہضم طعام میں اعانت کرتا ہے مفرح قلب ہے، اور طبیعت کو شگفتہ رکھتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ تولے یہ عرق دن کو کھانا کھانے کے ایک گھنٹے بعد پی لیں ایک دم نہ پئیں بلکہ تھوڑا تھوڑا پئیں۔	فی بوتل سے
عرق عنبر	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، غشی کو دور کرتا ہے، اور زائل شدہ قوت کو جلد واپس لے آتا ہے، جو اسہال کے خون کی کثرت سے جو ضعف پیدا ہو جاتا ہے اس کو دور کرتا ہے، باہ کو قوت دیتا ہے، فوری اثر دکھاتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ تولے یہ عرق ایک تولے شربت انار شیریں میں ملاکر، یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں۔ ترشی اور بادی سے پرہیز۔	فی بوتل ۸/
عرق دق نمبر ۱	دق نہایت خوفناک اور بدترین مرض ہے، مریض کی جان لے کر ہی پیچھا چھوڑتا ہے۔ جب یہ بیماری بعض پر پورا قبضہ کرلے تو آرام ہونا مشکل ہوجاتا ہے اس لئے بہت جلد ایسے مریض کی خبر گیری ہونی چاہیے۔ مرض کے ترقی کرنے سے قبل اس کا علاج کرنا چاہیئے۔ دق ہمارا جو نہایت محنت اور جستجو سے تیار کیا ہے خدا کے فضل وکرم سے دق کے مریض کو سرسبز وشاداب بنادیتا ہے، مسکن ہے، جگر اور پھیپھڑوں کو قوت پہونچاتا ہے۔	فی بوتل ؏

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
	ترکیب استعمال - ۱ تولے یہ عرق، شربت اعجاز یا شربت بنفشہ ۲ تولے، اور مناسب ادویہ کے ساتھ پلائیں - لال مرچ اور ترشی کا پرہیز -	
فی تولہ ۴؍	ضعف معدہ وجگر کے لئے خاص چیز ہے، بیماری کے بعد جو نقاہت پیدا ہو جاتی ہے، اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے، جسم میں از سر نو تازگی و قوت پیدا کرتا ہے - کمی خون اور خرابی خون (اینیمیا) وغیرہ امراض میں اس کے فوائد حیرت انگیز ہیں، خون کے سرخ دانوں کی تعداد میں اضافہ کرتا ہے، اور ان میں سرخی خون (ہیموگلوبین) کی مقدار کو زیادہ کرتا ہے - ترکیب استعمال کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت پانچ پانچ قطرے پانی میں ملا کر پئیں -	فولاد سیال
فی شیشی ۸۰ قرص ۱۲؍	یہ دوا تبخیر کے لئے بے حد مفید ثابت ہوئی ہے، معدہ اور جگر کی زائد حرارت کو اعتدال پر لاتی ہے صفرا کی زیادتی کو رفع کرتی ہے - دائمی نزلہ اور درد سر کی شکایت اس کے استعمال سے چند روز میں رفع ہو جاتی ہے - غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے، اختلاج قلب کو نافع ہے مقوی دماغ وجگر ہے - ترکیب استعمال دو دو قرص کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت پانی کے ساتھ استعمال کریں - گرم، ثقیل، بادی اشیاء سے پرہیز -	قرص جگر
فی درجن ۳؍	یہ دوا قبض کے لئے نہایت مفید ہے، معدے اور آنتوں کو فضلات سے پاک کرتی ہے، آنتوں کی قوت دافعہ کو قوی کرتی ہے، قبض کی وجہ سے جو امراض پیدا ہو جاتے ہیں مثلاً درد سر، درد گوش، آشوب چشم وغیرہ کو زائل کرتی ہے، یہ ایک نہایت بے ضرر اور ہلکی قبض کشا چیز ہے - ترکیب استعمال ۲ یا ۳ قرص رات کو سوتے وقت نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں - بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کریں -	قرص ملین
فی شیشی ایک ماشہ ۴؍	جریان کے لئے نہایت مفید ہے، مادہ تولید کو بڑھاتا اور غلیظ کرتا ہے، قوت مردمی کی حفاظت کرتا ہے، جگر کو قوت پہونچاتا ہے، دل اور دماغ کے لئے نافع ہے - ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ معجون آرد خرما ایک تولے یا مکھن ایک تولے میں ملا کر کھائیں -	کشتہ قلعی

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
کشتہ طلا جدید	سونے کا ایک خاص کشتہ ہے۔ یہ ارواح اور حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے، تمام اعضائے رئیسہ کو قوت بخشتا ہے، اور جسم میں جس قدر قوتیں ہیں سب کو فائدہ پہونچاتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے، اور غذاؤں کو جزوِ بدن بناتا ہے، چند ہی روز میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ دوا، المسک معتدل جواہر والی یا لبوب کبیر ۵ ماشے، یا مکھن ایک تولے میں ملاکر استعمال کریں۔ ترشی سے پرہیز۔	فی تولہ لعہ فی ماشہ عہ
کشتہ زمرد	جگر کو قوت دیتا ہے، کھانسی کے لئے نافع ہے، اس ہیجان کو جو مثانے کی حرارت سے ہو مفید ہے، زیادتی پیشاب کو روکتا ہے، مفرح قلب ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ جوارش زرعونی عنبری بہ نسخہ کلاں ۵ ماشے یا جوارش زرعونی سادہ کے ہمراہ استعمال کیا جائے۔ گرم اشیا سے پرہیز۔	فی تولہ ع ۵ خوراک ٹکیہ ۹ر
کشتہ طلا کلاں	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، ارواح و حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے، جسمانی قوتوں کو قائم رکھتا ہے، اور باہ کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اعلیٰ درجے کا مقوی و مبہی اور ہاضم ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ لبوب کبیر ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزباں جواہر والا ۵ ماشے، یا دوا المسک جواہر والی ۵ ماشے یا معجون جالی نوس لولوی ۴ ماشے، یا مکھن ۲ تولے کے ساتھ استعمال کیا جائے بادی اور ترش اشیا سے پرہیز۔ مرغن غذا دودھ مکھن وغیرہ کا استعمال مفید ہوگا نوٹ اس سے قبل اس کشتہ میں سونے کے ذرات قائم و نمودار رہتے تھے جس کی وجہ سے اکثر طبیب اور ویدصاحبان کا یہ اعتراض تھا کہ یہ کشتہ نہیں ہے کشتہ وہ ہے جو خاک ہو جائے۔ اس لئے اب ہم نے اس کو دوسری ترکیب سے تیار کیا ہے جو نہایت عمدہ اور بالکل غبار ہو گیا ہے، اور فوائد میں پہلے سے زیادہ مفید ثابت ہوا ہے۔	فی تولہ مااللعہ فی ماشہ ع ۵ خوراک ٹکیہ ہے
کشتہ فولاد	معدے و جگر کے لئے بہت مفید ہے۔ بلغم تحلیل کرتا ہے، خون کی اصلاح کرتا ہے، ضعفِ معدہ کو زائل کرکے چہرے پر رونق لاتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ جوارش بسباسہ ۷ ماشے یا جوارش جالی نوس ۷ ماشے، یا	فی تولہ ہے ۱۵ خوراک ٹکیہ ۶ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	دوا المسک معتدل جواہر والی ۲ ماشے میں ملا کر کھائیں۔	
کشتہ قلعی	جریان کے لئے مفید ثابت ہوا ہے۔ سرعت، رقت، کثرت احتلام کو رفع کرتا ہے، اس کے علاوہ معدہ و باہ کو قوت دیتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ بوب کبیرہ ماشے یا معجون آرد خرما ایک تولے کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔ ترش و بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ عہ
کشتہ مرجان سادہ	دل کو قوت دیتا ہے، اور کھانسی کے لئے مفید ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۷ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان سادہ ایک تولے میں ملا کر استعمال کریں۔	فی تولہ عہ
کشتہ مرجان جواہر والا	تقویت دماغ و جگر کے لئے نہایت مفید ہے۔ ضعف دماغ کی وجہ سے نزلہ و زکام اور کھانسی و درد سر وغیرہ کی جو شکایت پیدا ہو جاتی ہے ان سب کے واسطے نہایت مفید و مجرب ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والا میں ملا کر کھائیں۔	فی تولہ ۱۰ عہ ۱۵ خوراک ٹکیہ ۹ ر
کشتہ فولاد	معدے کو قوت دیتا ہے اور جگر کے لئے بہت مفید ہے، اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ جوارش بسباسہ ۷ ماشے یا جوارش جالینوس ۶ ماشے میں ملا کر استعمال کریں۔	فی تولہ ۱۰ ع ۱۵ خوراک ٹکیہ ۹ ر
کشتہ مروارید	عورتوں اور مردوں دونوں کے جریان کے لئے بہت مفید ہے، اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے علی الخصوص قلب کو فرحت دیتا ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے، عورتوں کے سیلان رطوبت کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے یا مفرح بارد ۵ ماشے میں ملا کر استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیا سے پرہیز۔	فی تولہ ۱۰ ٹکیاں ۱۵ خوراک ۸ ر
کشتہ ابرک طلائی	فالج، لقوہ، کھانسی، دمہ، اور رعشہ وغیرہ امراض کو رفع کرتا ہے اور ضیق النفس کے درد کو جلد روک دیتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ ایک تولے شہد میں ملا کر رات کو سوتے وقت استعمال کریں، ترش اور ثقیل چیزیں نہ کھائیں۔	فی تولہ عہ قرص ۱۵ خوراک ۲ ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
کشتہ نقرہ	جگر، معدے اور دماغ کی کمزوری کو زائل کرتا ہے، مثانے کو قوت دیتا ہے، غذا کو خوب ہضم کرتا ہے، باہ کو برانگیختہ کرتا ہے، جسم کو فربے اور چست کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یہ کشتہ دوا المسک ۳ ماشے، یا خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے، یا نوشدارو ۵ ماشے، یا لبوب کبیر ۵ ماشے یا مکھن ایک تولے میں ملا کر استعمال کریں۔	فی تولہ لعہ/
کشتہ فولاد [illegible] والا	فولاد کا یہ مرکب کشتہ دل، دماغ اور جگر کے لئے ایک خاص چیز ہے۔ بکثرت خون صالح پیدا کرتا ہے، چہرے کو سُرخ و سفید بناتا ہے، معدے اور جگر کی کمزوری کے لئے نہایت مفید ہے۔ جسم کو فربے کرتا ہے۔ مقوی غذائیں جزو بدن بناتا ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے۔ ترکیب استعمال ۲ چاول یا ایک قرص دوا المسک معتدل جواہر والی، یا لبوب کبیر، یا جوارش جالی نوس میں استعمال کرنا چاہیئے۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ عہ ۱۵ خوراک کی ٹکیاں ۹/
کحل نعمت	دنیا میں آنکھیں بڑی نعمت ہیں، آنکھوں کی قدر انسان کو اس وقت ہوتی ہے، جب کسی قسم کی تکلیف پیدا ہوتی ہے، ورنہ کچھ قدر و حفاظت نہیں کی جاتی، جس کا لازمی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ تھوڑی سن عمر میں کمزوری بصارت کی شکایت لاحق ہو جاتی ہے یہاں تک کہ عینک کے خوگر ہو جاتے ہیں۔ یہ سُرمہ ہم نے خاص طور پر بیش قیمت اجزا سے تیار کیا ہے جو تمام امراض چشم میں نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ بینائی کو نہایت قوت بخشتا ہے۔ نیز جالا، پھولا، ناخونہ خارش، نزول الماء وغیرہ کی شکایتوں کو رفع کرتا ہے، اور خاص طور پر آنکھوں کو قوت بخشتا ہے، عجیب و غریب چیز ہے۔ ترکیب استعمال رات کو سوتے وقت اس سُرمے کی دو دو سلائیاں آنکھوں میں لگائیں۔	فی تولہ ۱۲/
کحل الجواہر	اس سُرمے میں جواہر ڈالے جاتے ہیں، یہ آنکھ کی بینائی کو قائم رکھتا ہے ان کو بہت سی شکایتوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ نظر میں قوت پیدا کرتا ہے۔ اس زمانے میں مطالعے اور افکار و اشغال دماغی کی کثرت یا حفظ بصارت سے	فی تولہ ۱۲/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
سرمہ نور افگن	بے پروائی اور عام جسمانی کمزوری کی وجہ سے کمزوری نظر کی شکایت عام ہو گئی ہے۔ لیکن یہ سرمہ پیدا شدہ شکایات کو روکتا ہے۔ اور ہر سن و سال میں آنکھوں کی شکایتوں کو دور کرتا ہے۔ اگر عینک کی محتاجی قدرتی عینک کو بے کار رکھتی ہے، اور بغیر چشمے کے کام نہیں ہو سکتا۔ تو یہ سرمہ اس روگ کو دور کرنے کے لئے حاضر ہے۔ خواہ آنکھوں کی شکایت ہو یا نہ ہو یہ سرمہ بہرحال مفید ہے، اور آنکھوں کو آنے والے امراض کی آفات سے بچاتا ہے۔ ترکیب استعمال اس سرمے کی ایک ایک سلائی سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں۔	فی تولہ ۱۲/
کافور سیال	یہ کافور اعلےٰ درجے کا مرکب ہے، سل ودق میں نہایت مفید ہے ان کے جراثیم کو ہلاک کرتا ہے، فساد ہوا کے ضرر سے جسم کو محفوظ رکھتا ہے، وبائے ہیضہ کے زمانے میں اس کا استعمال بطور حفظ ماتقدم اس سخت متعدی مرض سے حفاظت کرتا ہے۔ نفث الدم (خون تھوکنے) میں فوری اثر دکھاتا ہے، ترکیب استعمال چار یا پانچ قطرے پانی میں ڈال کر استعمال کریں۔	فی تولہ ۱۲/
تریاق سیال	یہ دوا تریاقی فوائد رکھتی ہے، جسم کے زہریلے اثرات کو زائل کرتی ہے خون کے فساد کے لئے مفید ہے، پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کرتی ہے، غذا کی خواہش کو زیادہ کرتی ہے۔ ترکیب استعمال اس دوا کے ۴ قطرے ۵ تولے پانی میں مل کر کے استعمال کریں۔	فی تولہ ۸/
لبوب اعظم	یہ لبوب نہایت بیش قیمت ادویہ کا ایک نہایت نفیس مرکب ہے، قوت باہ اور اعضائے رئیسہ وشریفہ کو قوت پہونچاتا ہے، مادۂ منویہ کو غلیظ کرتا ہے اور اس کی پیدائش کو زیادہ کرتا ہے، نہایت بے ضرر چیز ہے، آپ اس کو ہر موسم میں بطور ایک مقوی دوا کے استعمال کر سکتے ہیں۔ پرچہ ترکیب ہمراہ۔	فی شیشی ۴۸ خوراک ۸/
لبوب کبیر	قوت باہ کو ترقی دینے میں عجیب چیز ہے، اعصاب کو مضبوط کرتا ہے، رنگ نکھارتا ہے، دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، گردوں کو قوی کرتا ہے، مادۂ تولید کو کثرت سے پیدا کرتا ہے، کمزوری کو زائل کرتا ہے، قوت بڑھانے میں عجیب الفعل ہے، ایسی چیز ہے کہ لوگ بار بار منگاتے ہیں۔	فی تولہ ۸/

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ ۴ر	ترکیب استعمال ۵ ماشے سے ۱۰ ماشے تک یہ دوا کشتہ قلعی ۴ چاول یا کشتۂ طلاء ۲ برنج کے ساتھ استعمال کی جائے، اور اگر عرق ماء اللحم بہ نسخۂ خاص دواخانہ ۵ تولہ ... پر سے پی لیا جائے، تو اور زیادہ مناسب ہوگا۔ دودھ کے ساتھ یا صرف لبوب بھی استعمال کرسکتے ہیں۔	بزر بسکر
فی تولہ عار	یہ معجون قوتِ مردمی کے لئے حیرت انگیز چیز ہے، بے انتہا ممسک ہے، پہلی ہی خوراک میں اپنا اثر دکھاتی ہے، باہ میں اندازے سے زیادہ اضافہ کرتی ہے دل عیش و نشاط کا مرکز بن جاتا ہے، ناکارہ اور ناعاقبت اندیش لوگوں کو بھی زندگی کا سچا لطف حاصل ہوتا ہے۔ ترکیب استعمال ایک ماشے رات کو سوتے وقت پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں، یا خاص ضرورت سے ایک گھنٹے قبل ایک ماشے استعمال کریں۔	معجون لونگی و مسک
فی تولہ ۴ر	حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتی ہے، اعضا کے درد کو زائل کرتی ہے باہ کو قوت دیتی ہے، معدے کے ضعف کو دور کرتی ہے مصفیٔ خون ہے، چہرے کا رنگ نکھارتی ہے، جو لوگ مجرور المزاج ہوں، ان کو بہت قوت اور فائدہ دیتی ہے ترکیب استعمال کمزور اشخاص ساڑھے ۴ ماشے، اوسط درجے کی طاقت والے ۹ ماشے اور قوی اشخاص ایک تولے یہ معجون تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں، اس معجون کی بڑی خوبی یہ ہے کہ زیادہ پرہیز کی ضرورت نہیں۔	معجون چوب چینی نسخہ کلاں
فی سیر روپے فی تولہ ۳ر	سرعت اور رقت کو دور کرتی ہے، باہ کو قوت دیتی ہے، مادۂ تولید کی خرابی کی اصلاح کرتی ہے، جریان کو روکتی ہے، یہ معجون کسی قدر قبض بھی کرتی تھی، مگر اب اس میں ایسے اجزا شامل کئے گئے ہیں جو قبض نہیں ہونے دیتے۔ ترکیب استعمال ایک تولے یہ معجون کشتہ قلعی ۲ چاول میں ملاکر استعمال کریں، ترش و بادی اشیا سے پرہیز۔	معجون آرد خرما
فی تولہ ۶ر	باہ کو قوت دیتی ہے، اعصاب میں صلابت پیدا کرتی ہے، اور خشکی کو زائل کرتی ہے، جریان اور رقت کو کھو دیتی ہے۔ عمدہ اور مؤثر چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ معجون عرق ماء اللحم عنبری بہ نسخۂ خاص ۵ تولے یا	معجون بلبل

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	عرق گذر ۷ تولے، شربت انار ۲ تولے، یا صرف معجون گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ ترشی و بادی سے پرہیز۔	
معجون جالینوس لولوی	جالینوس نے اس معجون کے ۷ فائدے لکھے ہیں (۱) قوت مردمی اور خواہش کو قائم رکھتی ہے (۲) گردہ اور دیگر اعضائے تناسل کی درمیانی عروق نیز مثانہ وانیثین واحلیل کو جو غلط کاری اور کثرت جماع سے متاثر ہو گئے ہوں اور دوران خون میں مزاحم ہوتے ہیں انہیں اعتدال کے ساتھ قوی کرتی اور اپنے ذاتی فعل لنعوذ کے لئے بیدار کرتی ہے، اور حالت طبعی تک ہو جاتی ہے (۳) پٹھوں میں قوت اور سختی پیدا کرتی ہے اور جوش قوت کو برقرار رکھتی ہے (۴) مردکی عظمت قائم رکھتی ہے (۵) چہرے کا رنگ نکھارتی ہے (۶) اچھی مقدار میں خون صالح پیدا کرتی ہے (۷) اعضائے خاص کی زائل شدہ قوت کا بدل پیدا کرتی ہے۔ ہر عضو کی کمزوری کے لئے نافع ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ معجون استعمال کی جائے قوی اثر بنانے کے لئے کشتہ طلا، ۲ برنج یا مارالحم خاص دوآتشہ ۵ ماشے کے ساتھ بشرطیکہ موسم سرما ہو، اگر گرمی یا برسات کا موسم ہو تو عرق بیدمشک ۵ تولے یا صرف دودھ کے ساتھ استعمال کر سکتے ہیں۔	فی سیر للعہ فی تولہ ۸ر
معجون حمل عنبری علوی خاں	جن عورتوں کا حمل ساقط ہو جاتا ہو یا بچہ ام الصبیان میں مبتلا ہو کر ضائع ہو جاتا ہو، ان کے لئے بہت مفید ہے۔ حمل کے تیسرے مہینے سے اس کا استعمال شروع کیا جائے، پورے دنوں کے بعد بچہ پیدا ہوگا۔ اور آفات سے محفوظ رہے گا، یہ معجون قیمتی اجزا سے بنائی جاتی ہے، عمدہ چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے یہ معجون عرق گاؤزبان ۱۲ تولے، شربت انار شیریں ۲ تولے یا تنہا پانی کے ساتھ استعمال کی جائے۔	فی سیر للعہ فی تولہ ۸ر
معجون عشبہ	گٹھیا کے درد، آتشک، جذام اور فساد خون کی بیماریوں کے لئے نہایت مفید ہے، ترکیب استعمال ۶ ماشے یہ معجون عرق شاہترہ ۶ تولے عرق عشبہ ۶ تولے کے ساتھ یا صرف معجون استعمال کریں، بادی اور ترش اشیاء سے پرہیز	فی سیر صہر فی تولہ ۱ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
معجون فلاسفہ	باہ کو بڑھاتی ہے، مادہ تولید کی پیدائش کو زیادہ کرتی ہے، بھوک لگاتی ہے سلسل بول، درد کمر، درد گردہ اور وجع المفاصل کو دور کرتی ہے چہرے کا رنگ صاف کرتی ہے، بدبوئے دہن کو زائل کرکے منہ کو خوش بودار بناتی ہے مسلمہ طور پر مفید ہے۔ ترکیب استعمال ۹ ماشے یہ معجون رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی سیر ۱۲ روپیہ فی تولہ ۸
معجون جریان خاص	جریان ایسا موذی مرض ہے جو انسان کے جسم کو اندر ہی اندر گھن کی طرح کھا لیتا ہے، جوہر انسانی کو پانی کی طرح بہا دیتا ہے، جوانی کو خاک میں ملانے والا، قوت جسمانی کو برباد کرنے والا یہی موذی مرض ہے۔ اس قاطع نسل مرض کے واسطے یہ معجون اکسیر کا حکم رکھتی ہے، معدے میں غلظت پیدا نہیں ہوتی۔ خدا کے فضل سے صرف ۲۰ یوم کے استعمال سے یہ شکایت رفع ہوجاتی ہے، ترکیب استعمال ایک تولے یہ معجون پاؤ سیر دودھ کے ساتھ صبح کو استعمال کریں۔ کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	۲۰ خوراک کی ڈبیہ ۱۲
مفرح بارد جواہر والا	قلب کو قوت دیتی ہے، اختلاج کو زائل کرتی ہے، حرارت کو تسکین دیتی ہے، فوراً اثر دکھاتی ہے۔ ترکیب استعمال ۵ تولے یہ مفرح عرق گندر ۱۲ تولے کے ساتھ ۲ تولے مصری ڈال کر یا صرف مفرح استعمال کریں۔	فی تولہ ۴
مفرح یاقوتی معتدل	حرارت غریزی کی حفاظت کرتی ہے، اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے رحم کے امراض اور ضعف اسہال کے لئے بےحد مفید ثابت ہوئی ہے، اشتہا پیدا کرتی ہے۔ اور ہر قسم کی کمزوری کو دور کرتی ہے، مقوی جگر ہے۔ ترکیب استعمال ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک شربت روح افزا ۲ تولے یا دودھ کے ساتھ یا صرف مفرح استعمال کریں۔	فی تولہ ۱۲
مروارید سیال	یہ کیمیاوی طریق سے بنایا ہوا موتیوں کا پانی ہے، نہایت لطیف بے ضرر و مفید چیز ہے، امراض قلب اور ضعف عامہ میں اس کے فوائد قابل اعتماد ہیں آلات ہضم پر اس کا اثر خاطر خواہ پایا گیا ہے، مقوی جگر اور تقویت قلب کے لئے خاص چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۵ قطرے عرق گاؤزبان ۵ تولے، یا	فی تولہ روپیہ

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
	صرف پانی میں ڈال کر استعمال کریں۔	
فی تولہ ۱۲/	معدے اور جگر کے امراض میں مفید ہے، عظم جگر (جگر بڑھ جانا) میں فائدہ کرتا ہے، ہضم کے فعل میں اعانت کرتا ہے، گردے کو فائدہ پہونچاتا ہے۔ ترکیب استعمال کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت ۵ قطرے پانی میں ملا کر پینے چاہئیں۔	[illegible]
فی تولہ ۶/	امراض معدہ کے لئے بے حد مفید ہے، غذا کو جلد ہضم کرتا ہے، گرانی شکم اور نفخ کو رفع کرتا ہے، جسم کو ردی مواد سے پاک وصاف کرتا ہے بلغم چھانٹتا ہے۔ ترکیب استعمال ۴ چاول یا ایک قرص جوارش جالینوس یا جوارش بسباسہ میں ملا کر غذا کے بعد سوتے وقت کھائیں۔	[illegible]
فی شیشی ۸/	اس کے اجزائے ترکیب کا رخ خصوصیت سے معدہ اور اس کے تمام افعال کی جانب ہے سچ پوچھئے تو جسم کی مشین میں معدہ ہی ایک جادو کی چیز ہے، جس کو تمام جسم پر خاص اقتدار حاصل ہے، دل، دماغ، جگر اور مغز استخواں سے لے کر بدن کی کھال تک سب اس کے محتاج ہیں، معدے کا فعل صحیح ہو تو کوئی خلط اعتدال سے زیادہ پیدا نہ ہوگی، کثرت بلغم سے تپ زکامی اور امراض سینہ وصدر اکثر فالج، وجع المفاصل وغیرہ امراض پیدا ہو جاتے ہیں، اسی طرح مواد کی کثرت طرح طرح کے عوارض پیدا کرتی ہے، ریاح کی کثرت سے تبخیر اور طرح طرح کے درد جسم پر قابض ہو جاتے ہیں خصوصا درد گردہ، پسلی، فم معدہ، درد شکم، بواسیر وغیرہ۔ نمک جالینوس معدے میں داخل ہو کر اس کو تمام آلائشوں سے پاک وصاف کرتا ہے، امعا میں غذا کے ساتھ داخل ہو کر ہر ایک ردی مادے کو دفع کرتا ہے ہمیشہ خون صالح پیدا کر کے جسم کو تازگی، چہرے کو آب وتاب، دماغ کو روشنی، دل کو سرور، آنکھوں کو بصارت اور حافظے کو تیزی بخشتا ہے نمک جالینوس کا دائمی استعمال اکثر امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔	اکسیر نمک جالینوس

کہہ رہا ہے جوشِ دریا سے سمندر کا سکوت
جتنا جس کا ظرف ہے اتنا ہی وہ خاموش ہے

ماہوار طبی رسالہ

چشمۂ حیات دہلی

جلد ۹ | ماہ جون سنہ ۱۹۴۴ء | نمبر (۱۲)

فہرست مضامین

غذاؤں پر تبصرہ

(از جناب حکیم عبدالرحیم صاحب رحمانی جلال آبادی)

سبز ترکاریاں

ہندوستان میں عام طور پر بطور غذا سبز ترکاریاں بہت کھائی جاتی ہیں۔ سبزیوں کا استعمال زندگی و صحت کے واسطے نہ صرف مفید ہے بلکہ بہت ضروری ہے۔ کیونکہ ہمارے جسم کو نمک کی بھی ضرورت ہوتی ہے اور اکثر سبز ترکاریوں میں قدرتی طور پر نمک ہوتا ہے اکثر بیماریاں سبزی کے کھانے سے رفع ہوجاتی ہیں۔ بالعموم سبزیوں میں اجزائے لحمیہ، اجزائے نشاستہ، اجزائے روغنی، معدنی نمکیات، حیاتین اور پانی پایا جاتا ہے۔ سبزیوں کے نمکیات سے خون معتدل اور صاف رہتا ہے۔ دموی و جلدی امراض نہیں ہوتے، قبض کی شکایت بھی نہیں ہوتی ہے۔ ٹماٹر گاجر، مولی، آلو، شلجم، گوبھی، بتھوا، پالک، کدو اور مٹر وغیرہ عمدہ سبزیاں ہیں، ان کا استعمال مفید صحت ہے۔ عام طور پر سبزیوں کو پانی میں زیادہ جوش دے کر پکاتے ہیں، اس طریقے سے ان کے مفید اجزا ضائع ہوجاتے ہیں۔ سبزیوں کو صرف اتنے پانی میں جوش دینا چاہیے جو اسی میں جذب ہوجائے اور سبزیوں میں سوڈا بھی شامل نہ کرنا چاہیئے کیونکہ اس سے حیاتین ج فنا ہوجاتی ہے۔

ٹماٹر

سبز ترکاریوں میں ٹماٹر سب سے زیادہ مفید وصحت پرور ترکاری ہے صحت کی بقا اور جسم کی پرورش میں یہ بہت بڑی حصے دار ہے اس میں حیاتین الف، ب، ج بہت زیادہ مقدار میں ہوتے ہیں اور معدنی نمکیات بھی پائے جاتے ہیں۔ شہروں میں تو ٹماٹر کا استعمال روز بروز ترقی پر ہے۔ مگر قصبات و دیہات میں ابھی اس کا عام رواج نہیں ہوا ہے بلکہ بعض اشخاص اس کو بھی دیسی بیگن کی طرح باعثِ نقصان سمجھتے ہیں۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ ٹماٹر اس قدر مفید صحت اور ارزاں چیز ہے کہ کوئی ترکاری اس کے مقابلے میں پیش نہیں کی جاسکتی ہے۔ ٹماٹر کا رس بچوں کی پرورش اور افزائش اور دانتوں کی حفاظت کرتا ہے۔ عورتوں میں اس کے کھانے سے

دودھ کی پیدائش خوب ہوتی ہے اور شیر خوار بچوں کو ایسی ماؤں کا دودھ طاقت ور اور تندرست رکھتا ہے۔ ٹماٹر کا استعمال مرض سے مقابلہ کرنے کی قوت میں اضافہ کرتا اور بدن کو فربہ و توانا بناتا ہے۔ ٹماٹر کچا کھانا بھی مفید ہے چنانچہ مغربی ممالک میں ٹماٹر کا رس بطور ناشتہ بکثرت استعمال کیا جاتا ہے۔

گاجر ہندوستان کی مشہور سبزی ہے۔ اطبائے قدیم نے اس کو مقوی معدہ و قلب اور مفرح وملین بتایا ہے۔ بواسیر کے لئے مفید اور مصفی لکھا ہے جدید تحقیق سے اس میں حیاتین الف، ب، ج، فولاد، چونہ، فاس فورس اور نشاستہ وشکر وغیرہ اجزا پائے گئے ہیں اس لئے جسم کی تعمیر و پرورش اور قیام صحت کے واسطے یہ مفید ترین ترکاری ہے۔ اس میں ایک خاص جز ہوتا ہے جو مرض شب کوری (رتوندہ) کا مانع ہے۔ کھانے کے واسطے نرم و نازک چھوٹی اور گہرے رنگ کی گاجریں اچھی ہوتی ہیں۔ ان کو نرم آنچ پر اتنے پانی میں پکانا چاہیے کہ پکتے پکتے پانی ان میں جذب ہوجائے۔ کیونکہ تیز آنچ پر پکانے سے حیاتین ج ضائع ہوجاتی ہے۔ بلکہ حیاتین کا فائدہ اٹھانے کے واسطے ان کو کچی کھانا مفید ہے اور مسوڑوں اور دانتوں کی حفاظت کے خیال سے ان کا چوسنا مفید ہے۔ تجربے سے معلوم ہوا ہے کہ روزانہ چونے کے جس قدر اجزا جسم سے خارج ہوتے ہیں ان کا بدل ایسی غذا سے حاصل ہوسکتا ہے جس میں گاجر زیادہ شامل ہو۔

گوبھی یہ بھی ایک ایسی سبزی ہے کہ جس میں تمام قسم کی ضروری حیاتین موجود ہیں گوبھی لثہ دامیہ (سکروی) کی بہترین محافظ ہے۔ اور ہڈیوں کے بنانے اور مضبوطی دینے کی خاصیت بھی اس میں ہے۔ اس کو ابال کر پانی نہ پھینکنا چاہئے کیونکہ جوش دینے سے اس کے اجزائے غذائی ضائع ہوجاتے ہیں اس لئے کم پانی میں پکانی چاہیے، اور وہ پانی اسی میں جذب کر دینا چاہئے، مگر بیماری سے اٹھے ہوئے کمزور مریضوں کو اس سے پرہیز کرنا چاہئے کیونکہ یہ ثقیل ہوتی ہے۔

آلو ہندوستانی ترکاریوں میں آلو سب سے زیادہ استعمال کیا جاتا ہے، اور تقریباً تمام سال کھایا جاتا ہے۔ اس میں اجزائے نشاستہ زیادہ اور اجزائے لحمیہ کم ہوتے ہیں اور حیاتین الف، ب، ج کافی مقدار میں ہوتی ہیں۔ اس لئے جو شخص آلو زیادہ کھاتے ہیں وہ مرض بلا چرا اور بیری بیری سے محفوظ رہتے ہیں۔ دانتوں کی حفاظت بھی کرتا

ہے۔ یہ لذیذ اور پرورش کنندۂ جسم ہے۔ سوء ہضم کبدی میں مفید ہے اگر اس کو چھلکے سمیت پکا کر کھائیں تو قبض کشا ہے مگر کمزوریٔ معدہ کے مبتلا اشخاص کو اس کے استعمال میں احتیاط چاہئے۔

شلجم یہ بھی نہایت مرغوب و مفید سبزی ہے۔ زود ہضم ہے۔ اس سے عمدہ خون کی پیدائش ہوتی ہے۔ قبض کشا ہے۔ اس میں حیاتین الف، ب، ج، کافی ہوتی ہیں۔ اس لئے اس سے جسم کی پرورش خوب ہوتی ہے اس کو نرم آنچ پر کم پانی ڈال کر پکانا چاہیئے تاکہ اس کے صحت پرور اجزا ضائع نہ ہوں اور پکا کر پانی کو نہ پھینکنا چاہیئے بلکہ اس قدر پانی ہو جو اسی میں جذب ہو جائے۔

چقندر یہ بھی شلجم کی قسم سے ہے اور شہری لوگ بالعموم اس کو کھاتے ہیں اس میں شکر اور حیاتین ب و ج ہوتی ہے اس کو بھی جوش دینے میں احتیاط کرنی چاہیئے۔

پالک ہندوستان میں عام طور پر یہ سبزی استعمال کی جاتی ہے یہ زود ہضم اور قبض کشا ترکاری ہے۔ ماہرین نے تحقیق کیا ہے کہ پالک میں فولاد اور چونہ کی مقدار بہت زیادہ ہے۔ فولاد خون بڑھاتا اور جگر کو تقویت دیتا ہے۔ چونے کی ہڈیوں کی ساخت کو مضبوط سخت اور پائیدار بناتا ہے۔ پالک کے پتوں میں جس قدر فولاد کی مقدار ہے اس کا نصف حصہ اور چونے کی مقدار کا تہائی حصہ جسم انسانی میں جذب ہوتا ہے۔ پالک ایک مقوی غذا ہے اور بعض امراض کے دفعیہ کے واسطے مفید ہے۔

مٹر زود ہضم اور مقوی غذا ہے اس میں گندھک اور فاس فورس ہوتا ہے اعصاب وعضلات کے واسطے مفید ہے۔

دالیں

ہندوستان کی تمام قومیں کم وبیش ہر قسم کی دالوں کو بطور غذا کھاتی ہیں اور بعض قوموں کی تو مخصوص غذا ہی دالیں ہیں۔ کئی قسم کی دالوں میں اجزائے لحمیہ گیہوں سے چار گنا زیادہ ہوتے ہیں۔ بعض میں حیاتین بھی ہوتی ہے۔ عموماً دالوں کو دھو کر اور چھلکا اتار کر پکاتے ہیں مگر چونکہ بعض دالوں کے چھلکوں میں حیاتین د ہوتی ہے جو بانجھ پن کی

مانع ہے اور چھلکا اتارنے سے یہ ضائع ہو جاتی ہے۔ اس لئے دالوں کو چھلکے سمیت کھانا مفید ہے۔ ان کو تیز آگ پر بھی نہ پکانا چاہیئے کیونکہ آگ کی تیزی سے مفید اجزا جل جاتے ہیں۔ جن لوگوں کی خوراک چاول ہے ان کو دال ضرور کھانی چاہیئے۔ کیونکہ چاولوں میں اجزاء لحمیہ کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس کمی کو دال سے پورا کیا جا سکتا ہے۔ اور اس کی عمدہ صورت یہ ہے کہ کھچڑی پکا کر کھائیں یا چاولوں پر سبزی اور گوشت ڈال کر کھائیں۔ اگر دال کو گوشت کے ساتھ پکایا جائے تو عمدہ غذا تیار ہو جاتی ہے۔

مونگ کی دال

اطباء عام طور پر مریضوں کو مونگ کی دال اور اس کی کھچڑی وغیرہ کھلایا کرتے ہیں۔ چونکہ یہ ہلکی اور زود ہضم غذا ہے، اس لئے مریضوں کو اور کمزور معدے والوں کے واسطے مناسب ہے۔ علاوہ ازیں مونگ کی دال میں حیاتین الف اور ج کا اچھا ذخیرہ ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ ماش (اُڑد) نخود (چنا) مسور اور لوبیا وغیرہ کی دالیں مفید ہیں۔ کیونکہ ان میں اجزائے لحمیہ عام طور پر ۱۸ فی صدی ہوتے ہیں اور یہ دالیں گوشت کے بجائے استعمال کی جا سکتی ہیں۔

گھی اور مکھن

ہندوستانیوں کی غذا کا جزوِ اعظم گھی ہے ہر شخص اس کو مقوی جسم اور پرورش کنندہ جانتا ہے۔ جدید تحقیق سے اس میں چربی کو تحلیل کرنے والی حیاتین معلوم ہوئی ہے طبعی طور پر مکھن غذائی لحاظ سے گھی کی بہ نسبت زیادہ بہتر چیز ہے۔ چونکہ گھی اور مکھن دودھ سے حاصل ہوتے ہیں اس لئے ان کی قوت اور حیاتین کی مقدار اس دودھ کی عمدگی و بہتری اور حیاتین کی مقدار پر موقوف ہے جس سے یہ حاصل کئے جاتے ہیں اور دودھ میں حیاتین اور دیگر مقوی اجزا، دودھ دینے والے جانور کی غذا اور طریق رہائش و زندگی کے مطابق و مناسبت سے ہوتے ہیں۔ جو جانور کھلے ہوئے اور دھوپ والے کھیتوں میں سبز گھاس چرتے ہیں، ان کے دودھ میں مکھن بالائی اور حیاتین زیادہ ہوتی ہے۔ اس کے برخلاف جن جانوروں کا چارہ خراب ہوتا ہے ان کے دودھ کا مکھن اور گھی کم طاقت ور ہوتا ہے اور ایسے گھی کو تلنے یا بھوننے سے جو کچھ تھوڑی بہت حیاتین ہوتی بھی ہے وہ ضائع ہو جاتی ہے۔ عام طور پر گھی کو زیادہ

گرم کرنے سے حیاتین فنا ہو جاتی ہے۔ گھی اور مکھن روٹیوں اور چپاتیوں پر لگا کر کھانا پوریوں وغیرہ کے تلنے سے زیادہ مفید ہے۔

نمک وغیرہ

تندرستی کی بقا اور قیام زندگی اور کھانے لذیذ بنانے کے واسطے نمک بھی غذا کا ایک ضروری رکن ہے مختلف تجربوں سے یہ ثابت ہوا ہے کہ غذا سے نمک نکال دینے کی صورت میں زندگی محال ہے اور کھانے میں اس کی عدم شمولیت مختلف بیماریوں کا باعث ہوتی ہے جسم کی حرارت و قوت اور ہضم کے لئے نمک معاون و مددگار ہے۔ اطبائے قدیم نے بھی اس کی تائید کی ہے کہ نمک قوتِ ہضم کے واسطے مفید ہے۔ فہم و ذہن کو تقویت دیتا ہے۔ بلغمی امراض میں مفید ہے۔

جس طرح ہر مفید چیز کا استعمال اعتدال سے زیادہ مضرت و نقصان کا باعث ہوتا ہے اسی طرح نمک کی افراط و تفریط بھی نقصان سے خالی نہیں۔ چنانچہ اطبائے قدیم نمک کی کثرت و زیادتی کو دماغی و جلدی امراض کا سبب بتاتے ہیں اور بعض ڈاکٹروں کے نزدیک نمک کا زیادہ استعمال مرض سرطان، معدے کی رسولی، اور بصارت میں خرابی و نقص کا موجب ہے اس لئے غذا میں نہ تو اس کی بالکل کمی ہو اور نہ بہت زیادتی۔ ایک اوسط درجے کے قوی رکھنے والے شخص کو دن رات میں دو تین ماشے نمک کی ضرورت ہے کیونکہ غذا میں بالعموم سبزی یا گوشت اور پھل استعمال کئے جاتے ہیں اور ان کے اندر بھی قدرتی طور پر کچھ نہ کچھ نمک کی مقدار ہوتی ہے اور ان کے ذریعے بھی نمک جسم میں پہونچتا رہتا ہے۔ غذا کے بعد بار بار پیاس لگنا نمک کی کثرت کی علامت ہے۔

پیاز گو بعض اقوام اس کو نہیں کھاتی ہیں مگر یہ غذا کا ایک جزو ضرور ہے۔ اطبائے قدیم نے اس کو سدّہ کھولنے والی، بھوک لگانے والی، ہاضم، مقوی باہ، محلل ریاح اور مدر بول و حیض بتایا ہے۔ قدیم ہندی طبیب بھی اس کو بہ طور دوا امراض گردہ اور مختلف قسم کے استسقاء میں استعمال کرتے تھے۔ جدید تحقیق سے اس میں اجزائے لحمیہ (پروٹینز) اجزائے مولدہ حرارت (کاربوہائیڈریٹس) اور معدنی اجزا کیلسیم، پوٹاسیم، سوڈیم، فاسفورس، فولاد وغیرہ کافی مقدار میں پائے گئے ہیں۔ اس کا رس قاتل کرم ہے۔ چنانچہ

اس کے رس کا ٹیکہ سل ودق کے جراثیم کا قاتل ثابت ہوا ہے۔ اور فرانس میں مقوی و محرک غذا کے طور پر اس کا استعمال ہو رہا ہے غرض پیاز مقوی جسم و معاون صحت ہے اس لئے اس کا استعمال بھی اعتدال کے ساتھ کرنا چاہئے۔

مصالحے کھانے کی ترکاریوں میں سرخ و سیاہ مرچ، دھنیہ، ادرک، پیاز لہسن، دارچینی، بہ طور مصالحہ شامل کی جاتی ہیں۔ ان اشیاء کا مناسب اضافہ ترکاریوں کو لذیذ اور ہاضم ضرور بناتا ہے مگر زیادتی و کثرت باعث نقصان ہے ویسے بھی یہ اجزاء غذا کا ضروری جز نہیں ہیں بلکہ ان کی کثرت سے معدے اور آنتوں میں سوزش ہو جاتی ہے یا پیچش و بواسیر کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ بعض دفعہ معدے میں زخم ہو جاتے ہیں از استعمال سے رطوبت معدی زیادہ پیدا ہوتی ہے جس سے آخر کار معدہ کمزور ہو جاتا ہے اس لئے ہر قسم کے مصالحے مناسب مقدار میں شامل کرنا چاہئیں کیونکہ بہرصورت ان کی زیادتی مضر ہے۔

کیا کھائیں؟

مذکورہ تحریر سے یہ واضح ہو گیا اور ہر شخص اس کو سمجھ سکتا ہے کہ جسم کی پختگی، زندگی کی بقا اور صحت کی حفاظت کے واسطے وہی غذائی چیزیں ہماری ضرورت کو بخوبی پورا کر سکتی ہیں جن میں جسم کو بنانے والے تمام اجزاء یعنی لحمیہ، نشائیہ و شکریہ، شحمیہ، معدنی نمکیات اور حیاتین وغیرہ موجود ہوں۔ یہ تمام اجزاء اس طریقے سے مہیا ہو سکتے ہیں کہ لحمی اجزاء گوشت، مچھلی، انڈے، بعض قسم کی دال اور گیہوں وغیرہ سے حاصل ہو سکتے ہیں۔ شحمی اجزاء کو گھی، دودھ، مکھن، تیل اور چربی وغیرہ سے پورا کیا جا سکتا ہے۔ اجزائے نشاستہ و شکر وغیرہ، آلو، گاجر، اور شکر وغیرہ میں ہوتے ہیں۔ معدنی نمکیات سبزیوں میں ہوتے ہیں۔ یہ اجزاء سبز ترکاریوں کے کھانے سے مل سکتے ہیں۔ ان تمام اشیاء میں حیاتین کی کچھ نہ کچھ مقدار ضرور ہوتی ہے تاہم حیاتین سے پورے طور پر بہرہ اندوز ہونے کے واسطے ایک آدھ کوئی پھل بھی کھانا چاہئے۔ اگر اس قسم کی اشیاء حسب مزاج و عادت اور رسم و رواج کے مطابق بہ طور غذا استعمال کی جائیں تو ہمارے جسم کی تعمیر مستحکم اور صحت بہتر ہو سکتی ہے۔ مدافعت کی قوت میں اضافہ ہو سکتا ہے اور متعدی و مہلک امراض کے حملے سے محفوظ اور مامون رہ

سکتے ہیں بعض اشخاص لحمی غذا سے پرہیز کرتے ہیں۔ وہ ان اجزا کی کمی کو بعض قسم کی دالوں سے پورا کر سکتے ہیں۔ علاوہ ازیں غذائے لحمی کا بہترین بدل دودھ اور پھل ہے۔ ن کی بجائے دودھ اور پھل کو معمول بنائیں۔

کس قدر کھائیں؟

بقائے زندگی اور قیام صحت کے واسطے غذائیت بخش اجزا معلوم ہونے کے بعد یہ بھی ضروری ہے کہ اس قوت پرور غذا کی مقدار مقرر کی جائے۔ کیونکہ عمر، جثہ، آب و ہوا، پیشہ، ممالک، قدوقامت، اور عادت وخصلت وغیرہ کے لحاظ سے ہر شخص کی مختلف مقدار واقسام سے آسودگی حاصل کرتا ہے۔ ایک شخص کے واسطے غذا کی جس قدر مقدار باعث راحت اور ممد صحت ہے وہی دوسرے کے واسطے موجب تکلیف اور باعث گرانی ہو جاتی ہے۔ اس لئے غذا کی ایسی صحیح مقدار کا تعین و توازن قائم کرنا کہ جو ہر شخص کے لئے مفید ہو کارے دارد والا معاملہ ہے۔ تاہم اس سلسلے میں جو تجربات ہوئے اور ان سے جو نتیجہ برآمد ہوا ہے وہ یہ ہے کہ:

چاول	۱۰	چھٹانک	روزانہ	دال	۲	چھٹانک	روزانہ
سبز ترکاریاں	۴	"	"	دودھ	۲	"	"
مچھلی	۲	"	"	گڑ	½	"	"
سرسوں کا تیل	½	"	"	نمک	½	"	"

مصالحے، لیموں یا اور کوئی ترش پھل اور مچھلی کی جگہ انڈا وغیرہ روزانہ کھائیں۔ ایک نوجوان آدمی کے روزانہ استعمال کے لئے مندرجہ بالا غذا کی مقدار آل انڈیا ولیج انڈسٹریز ایسوسی ایشن نے مقرر کی ہے۔ مگر مشہور ماہر غذا سر رابرٹ میکاسن نے نہایت وسیع تحقیقات کے بعد ہندوستانیوں کے واسطے حسب ذیل غذا کی سفارش کی ہے:

آٹا	۱۲	اونس	آم	۴	اونس
گوشت بکری کا یا دہی	۲	"	چاول (اوکھلی میں کٹے ہوئے)	۲	"
نباتی روغن	۱	"	دودھ	۲۰	"
جڑدار ترکاریاں	۸	"	گھی	۱ء۵	"

گوبھی ۸ اونس دال ۱ اونس

ڈاکٹر موصوف کی رائے ہے کہ ایک ایسے نوجوان کے واسطے جو روزمرہ فرائض کی طبعی انجام دہی میں مشغول و مصروف رہتا ہے یہ کافی اور ضروری مقدار غذا ہے۔ مقدار غذا کا جو نقشہ پہلے دیا گیا ہے اس کے مقابلے میں ڈاکٹر میکراسن کی مقرر کی ہوئی غذا زیادہ انسب وانفع ہے کیونکہ جسم کی پرورش کے تمام ضروری اجزا بھی اس میں موجود ہیں، اور کوئی ایسی غذا بھی شامل نہیں جس کے کھانے میں کسی کو اعتراض ہو۔ اگر بعض غذائی اشیاءٔ کی بجائے دودھ زیادہ پیا جائے تو اور بھی بہتر ہے۔ اس سے ان غذاؤں کی کمی پوری ہو جاتی ہے جو بعض اشخاص کسی وجہ سے نہ کھا سکتے ہوں۔ چونکہ ہر شخص اپنی ذاتی استعداد اور موافقت مزاجی کی وجہ سے بعض اشیائے غذائی کو ہضم کر سکتا ہے اور بعض کو ہضم نہیں کر سکتا، اس لئے اس معاملے میں ہر شخص کو اپنا طبیب آپ بننا چاہیئے۔ یعنی ہر آدمی کو اپنی عادت و طبیعت کے موافق غذائی اشیاء کو انتخاب کرنا چاہیئے۔ جس چیز کے کھانے سے طبیعت منغض ہو، شکم میں گرانی اور ڈکاروں کی زیادتی ہو، منہ کا ذائقہ خراب اور معدے میں بےچینی ہو وہ طبیعت و مزاج کے ناموافق ہے اور جس کے کھانے کے بعد طبیعت میں فرحت و خوشی معلوم ہو۔ خلاف طبیعت کسی قسم کی بےچینی و اضطراب نہ ہو تو وہ غذا مرغوب و موافق مزاج ہے۔ الغرض ہر شخص مندرجہ بالا اشیا میں سے بطور غذا اپنے لئے پسند کرے۔

کب کھائیں؟

اگر غذا عمدہ اور تقویت بخش ہو مگر مقدار میں اعتدال سے زیادہ کھائی جائے، یا کھانے کے مقررہ اوقات میں احتیاط و اعتدال کو ملحوظ نہ رکھا جائے تو بھی غذا سے جسم کو کوئی فائدہ نہیں پہونچتا ہے بلکہ بجائے فائدے کے نقصان اٹھانا پڑتا ہے اور جسمانی عمارت پختہ و مضبوط ہونے کی جگہ کھوکھلی و متزلزل ہو جاتی ہے اور مختلف بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں اور یہی غذا جو زندگی کی حفاظت و بقا کا سرچشمہ ہے، زہر ثابت ہوتی ہے۔ چنانچہ حکیم بقراط کا مقولہ ہے کہ "بعض مرتبہ کھانا کھانے سے ایسا فساد ہو جاتا ہے جیسے کہ زہر سے"! اس لئے کھانا کھانے میں بہت احتیاط و توجہ کی ضرورت ہے۔ نیز اسی دانا کا قول ہے کہ "ہم جینے کے لئے کھاتے ہیں اور اس لئے نہیں جیتے کہ کھاتے رہیں"۔ غرض کہ غذا مقررہ اوقات پر

کھانی بہت سے امراض سے نجات ورُستگاری کا ذریعہ ہے اور اس پر عمل پیرا ہونے سے دواؤں کا استعمال بھی کم ہو سکتا ہے۔

ایک عربی حکیم کا قول ہے کہ "جب بھوک لگے تب کھانا کھاؤ" یہی حکیم بقراط ہدایت کرتا ہے کہ "جب تک اچھی طرح بھوک نہ لگے ہرگز نہ کھاؤ، اور تھوڑی خواہش باقی ہو کہ کھانا چھوڑ دو" حکیم جالی نوس کہتا ہے کہ "فرحت وخوشی غذا کو ہضم کرنے اور جزو بدن بنانے میں مدد دیتی ہے اور رنج وغم کی کیفیت غذا کو جزو بدن نہیں بننے دیتی۔ فکر وغم کی حالت میں کھانا کھانے سے ہاضمہ خراب ہو جاتا ہے۔"

مندرجہ بالا اطبائے قدیم نے اپنے اپنے اقوال میں کھانا کھانے کے متعلق مختصر الفاظ میں ایسی گراں قدر ہدایتیں اور نصیحتیں جمع کر دی ہیں کہ ان کی تشریح وتوضیح کے واسطے ضخیم کتابیں لکھی جا سکتی ہیں اور حفظان صحت کے تمام زریں اصول ان میں پوشیدہ ہیں پس ہر شخص کو لازم ہے کہ وقت بے وقت اناب شناب کھانے کی عادت نہیں ہونی چاہیئے۔ اس طریقے سے نہ غذا پورے طور پر ہضم ہوتی ہے اور نہ جزو بدن بنتی ہے۔ چونکہ عمر، موسم، ملکی آب وہوا، حیثیت اور عادات وغیرہ کے ساتھ غذا اور اوقات غذا کا خاص تعلق ہے۔ اس لئے ہر شخص کے واسطے غذا کے خاص اوقات تو مقرر نہیں کئے جا سکتے ہیں علاوہ ازیں غذا کی مقدار اور اوقات کا انحصار زیادہ تر عادت وتربیت پر ہے اس واسطے ہر شخص کو اپنی حیثیت وعادت کے موافق غذا کے اوقات مقرر کرنے چاہئیں۔

عام طور پر بچوں کو ہر تین گھنٹے اور جوانوں کو پانچ گھنٹے کے بعد خوراک کھانی چاہیئے۔ کمزور اور بیمار اشخاص کو شکم سیر ہو کر نہ کھانا چاہیئے بلکہ ہر دو تین گھنٹے کے بعد تھوڑی تھوڑی مقدار میں کھانا چاہیئے اور غذا ہلکی زود ہضم ہونی چاہیئے۔

کھانا کھانے کے اوقات کی تقسیم بالعموم اس طرح ہونی چاہیئے کہ سردیوں میں صبح کو سات آٹھ بجے کوئی ناشتہ کر لیا جائے اور صبح کو دس گیارہ بجے اور شام کو سات آٹھ بجے کھانا کھایا کریں۔ گرمیوں میں صبح کو نو دس بجے اور شام کو آٹھ نو بجے کھائیں۔ شام کو تین چار بجے کوئی ہلکی غذا کھا لینی چاہیئے۔ یا صبح کو دودھ، یا دودھ یا دہی کی لسی وغیرہ پی لیا کریں غذا کے اوقات کے تعین میں اس کا ضرور خیال رکھنا چاہیئے کہ عمدہ غذا عموماً چار یا پانچ گھنٹے میں ہضم ہوتی ہے۔

کیونکر کھائیں؟

کھانا خوش نما، خوش ذائقہ اور اچھی طرح پکا ہوا ہو، کھانے سے پہلے ہاتھوں کو ضرور دھونا چاہئے۔ ناخن بھی ترشے ہوئے ہوں۔ موسم گرما میں کھانے سے پہلے غسل کرنا بھی مفید ہے۔ کھانا آہستہ آہستہ کھائیں۔ مگر نہ تو اتنا آہستہ کہ ایک وقت کے کھانے میں ڈیڑھ دو گھنٹے صرف ہوجائیں اور نہ اتنی جلدی کریں کہ دانتوں کا کام آنتوں (معدے) کو کرنا پڑے۔ اوسطاً پندرہ بیس منٹ میں کھانا ختم کردینا چاہئے۔ جب نوالہ منہ میں جائے تو خوب چبا کر نگلیں۔ تاکہ لعاب دہن غذا سے بخوبی مل جائے۔ کیونکہ لعاب دہن غذا کو زود ہضم بنادیتا ہے۔ سوء ہضم کی شکایت اکثر محض لقمہ چبا کر کھانے سے دور ہوجاتی ہے اور کھانے کے درمیان تھوڑا بہت پانی ضرور پینا چاہئے۔ البتہ کھانے سے پہلے پانی نہ پئیں زیادہ سرد پانی پینا بھی کھانے کے ساتھ مضر ہے۔ کھانا پیٹ بھر کر نہ کھائیں۔ بلکہ دو چار لقمے کی بھوک باقی رہے تو کھانا چھوڑ دینا چاہئے۔

کھانے کی جگہ پاک وصاف اور ہوادار ہونی چاہئے۔ ایسی جگہ بھی نہ کھائیں جہاں طبیعت کو ناگوار ہو۔ ٹوٹے پھوٹے اور میلے برتنوں میں بھی نہ کھانا چاہئے۔ غذا کے اجزا جس قدر مختصر ہوں گے وہ اتنی ہی مفید ہوگی۔ چونکہ مختلف اقسام کے کھانوں میں بعض ثقیل اور بعض لطیف ہوتے ہیں۔ اس لئے مختلف قسم کی غذائیں مل کر دیر ہضم بن جاتی ہیں متواتر اور مسلسل ایک ہی قسم کی غذا نہ کھائیں۔ بلکہ اپنی حیثیت اور طاقت کے مطابق روزانہ مختلف قسم کی غذائیں تبدیل کرکے کھاتے رہنا چاہئے۔

کھانا پکانے کے برتن صاف ہوں۔ تانبے کے برتن قلعی دار ہونے چاہئیں قلعی میں سیسہ ملا ہوا نہ ہو۔ جن برتنوں میں کھانا کھائیں وہ صاف اور خوش نما ہوں۔ اگر ڈھاک یا کسی اور درخت کے پتوں پر کھانا رکھ کر کھایا جائے تو پہلے ان پتوں کو دھو لینا چاہئے جس غذا کی طرف رغبت نہ ہو وہ نہ کھائیں۔ جس پر مکھیاں بیٹھی ہوں وہ کھانا بھی مضر صحت ہے کھانے کے فوراً بعد غسل کرنے سے ہاضمے میں فتور آجاتا ہے۔ کھانا کھانے کے بعد کوئی دماغی یا جسمانی محنت نہ کرنی چاہئے اور نہ کھاتے وقت کوئی کتاب یا اخبار پڑھنا چاہئے۔ البتہ خوش گوار اور دل چسپ گفتگو کرنا اور گانا سننا مفید ہے، اور کھانا ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے

ہے۔ کھانا کھانے کے بعد تفریح ضرور کرنی چاہیے۔ بالخصوص جن اشخاص کا ہاضمہ خراب اور کمزور ہو ان کے لئے کھانا کھانے کے بعد تفریح بہت مفید ہے۔ صبح یا دوپہر کا کھانا کھانے کے بعد ہمیشہ دس پندرہ منٹ آرام کرنا چاہیے اور کھانا کھاتے ہی فوراً نہ سونا چاہئے۔ خصوصاً رات کا کھانا کھا کر فوراً نہ سوئیں۔ کیونکہ سونے کی حالت میں معدہ اپنا فعل باقاعدہ انجام نہیں دیتا۔ اس کی وجہ سے رات کو خوف ناک خواب نظر آتے ہیں۔ اکثر اشخاص کو احتلام ہو جایا کرتا ہے۔ لہٰذا آخری کھانے کے کم از کم دو ڈھائی گھنٹے کے بعد سوئیں۔ ماہر ڈاکٹروں کا اس پر اتفاق ہے کہ جو غذا ہاتھ اور انگلیوں کی مدد سے کھائی جاتی ہے وہ جلد ہضم ہوتی ہے۔

شراب اور کھانا بعض لوگ کھانا کھاتے وقت شراب پیتے ہیں ان کا خیال ہے کہ شراب سے بھوک خوب لگتی ہے اور کھانا ہضم ہوتا ہے مگر یہ غلط ہے کیونکہ انجام کار شراب سے معدہ کمزور اور قوت ہضم خراب و ناقص ہو جاتی ہے اور معدہ اس کا عادی ہو جاتا ہے کہ جب تک شراب نہ پی جائے تو بھوک نہیں لگتی۔ علاوہ ازیں شراب پینے کے شروع جو بھوک معلوم ہوتی ہے وہ بھی جھوٹی ہوتی ہے اور اس وقت جو غذا کھائی جاتی ہے وہ صحیح طور پر ہضم نہیں ہوتی۔ شراب کے استعمال سے معدہ کی رطوبتِ ہاضمہ کی پیدائش کم ہو جاتی ہے۔ کھٹی ڈکاریں، نفخ شکم، اسہال یا قبض کی شکایت ہو جاتی ہے اور سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ شراب کے استعمال میں احتیاط و اعتدال کو ملحوظ رکھنا امر محال ہے۔ غرض کہ شراب کا پینا ہر طرح نقصان اور تکلیف کا باعث ہے اور اپنے گاڑھے پسینے کی کمائی کو خرچ کر کے موت خریدنا ہے صحت و تندرستی کے خواہش مندوں کو اس خانہ خراب سے قطعی بچنا چاہئے ۔ چھٹتی نہیں ہے منہ سے یہ کافر لگی ہوئی۔

قوت بخش غذا کی تکمیل

متواتر تجربوں سے اس بات کی تصدیق ہو گئی ہے کہ صحت افزا اور قوت بخش غذا کی تکمیل کے لئے پھلوں کا کھانا نہایت ضروری ہے۔ ان کے استعمال کے بغیر غذائیت ناکمل رہتی ہے اور اس غذائیت کی کمی سے بعض امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ علاوہ ازیں تازہ پھلوں کا کیمیاوی امتحان کرنے سے ان میں وہی اجزائے لطیف پائے گئے ہیں جو بہت زیادہ

استعمال ہونے والی سبزیوں مثلاً گاجر، ٹماٹر، شلجم وغیرہ میں ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں پھلوں کے رس میں معدنی نمکیات، سوڈیم اور پوٹاسیم وغیرہ اجزا ہوتے ہیں جو خون کی تیزابیت کو دور کرکے گٹھیا وغیرہ سے محفوظ رکھتے ہیں۔ غرض کہ پھل بہترین غذا ہیں، اور اس کی اشد ضرورت ہے کہ غذا کے طور پر پھلوں کا استعمال عام طور پر کیا جائے۔ پھلوں میں کیلا سیب، سنترہ، انگور، آم وغیرہ بہترین غذائیت بخش اور پرورش کنندہ جسم ہیں۔

سیب تمام پھلوں سے زیادہ فاس فورس اور فولاد سیب میں ہوتا ہے فاسفورس دماغ، رگوں اور ہڈیوں کی مخصوص غذا ہے۔ فولاد بھی جسم کے لئے بہت ضروری ہے۔ اس لئے دماغ و اعصاب کی تقویت و حفاظت اور جسم کی پرورش کیواسطے سیب نہایت مفید ہے۔ اگر سیب کا چھلکا نہ اتاریں بلکہ چھلکے سمیت کھائیں تو بہت اچھا ہے۔ کیونکہ اس کے چھلکے میں بھی حیات پرور اجزا ہوتے ہیں۔ قدیم ماہران طب کا بیان ہے کہ سیب مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ خفقان کو دور کرتا ہے۔ فرحت پیدا کرتا ہے۔

کیلا اس میں تین قسم کے حیاتین پائے جاتے ہیں جو تندرستی اور زندگی کی بقا و قیام کے لئے لازمی ہیں۔ مقوی دماغ اور کثیر الغذا ہے۔ بدن کو فربہ کرتا ہے۔ موجودہ زمانے میں اس کی مقبولیت و ہر دل عزیزی بہت ترقی پر ہے اور انسانی غذا کا اہم جز قرار دیا گیا ہے۔ یہ پھل خوش بودار، خوش ذائقہ اور کم قیمت ہے اس لئے ہندوستانیوں کو اس کم قیمت اور مفید غذا سے ضرور متمتع ہونا چاہئے۔

سنترہ یہ بھی غذائیت بخش اور جزو بدن بننے والا پھل ہے۔ اس کے رس کا استعمال جسم کی پرورش اور تندرستی کی حفاظت کے واسطے بہت مفید ہے۔ مفرح اور مصفی خون ہے۔ معدے اور دل کو تقویت دیتا ہے۔

آم ہندوستان کا نہایت مقبول و جسم نواز پھل ہے۔ تمام پھلوں کا سرتاج ہے ہر شخص اس کو توانا و فربہ بنانے والا پھل جانتا ہے جدید تحقیق سے اس میں حیاتین الف اور ج کا وافر ذخیرہ معلوم ہوا ہے۔ چنانچہ ایک خاص قسم کے آم میں تو سیب سے چھ گنا اور سنترے کی نسبت قریباً تیس سے چالیس گنا زیادہ حیاتین ج ہوتی ہے۔ اور یہ حیات پرور جزنہ صرف اس کے گودے میں بلکہ اس کے چھلکے میں بھی اسی قدر ہوتا ہے معدہ، امعاء، گردہ و مثانہ کو طاقت دیتا ہے۔ بعض مزاجوں میں اس کے استعمال سے

حرارت زیادہ ہو جاتی ہے۔ اُن کو اس کی اصلاح کے واسطے کھانے کے بعد دودھ ضرور پینا چاہیئے اس سے فوائد بھی دوگنے ہوجاتے ہیں۔

اناس ہندوستان اور بالخصوص برما کے اکثر حصوں میں پیدا ہوتا ہے۔ نہایت مشہور پھل ہے۔ غذا کے بعد کھانے سے ہضم غذا میں مدد دیتا ہے یعنی گردہ ہے۔ گساح اور قروح لثہ والاسنان (پایوریا) کا دافع ہے۔ اس میں حیاتین الف، ب، ج، د بہت مقدار میں پائی جاتی ہے۔ مرض بیری بیری میں بہت مفید ہے۔ حیاتین مذکور کے علاوہ اس میں فولاد، تانبہ اور مگنیشیا بھی ہوتا ہے۔

انگور یہ بھی بہترین لذیذ تقویت بخش پھل ہے۔ پختہ اور شیریں انگوروں کو کھانے سے چربی بڑھتی ہے۔ اس کے رس میں دودھ جتنی قوت ہوتی ہے۔

انجیر یہ پھل بھی بہت مفید ہے۔ قبض کی شکایت رفع کرتا ہے۔ جدید تحقیق سے اس میں فولاد کے اجزا ثابت ہوئے ہیں۔ ان کے علاوہ ناشپاتی، مالٹا، لیموں، امرود، اور آلوچہ وغیرہ بھی بہترین پھل ہیں۔

مختصر یہ کہ ہماری روزانہ غذا میں بہت سی ترکاریاں اور پھل اس قسم کے شامل ہیں جو کم قیمت ہونے کے باوجود غذائیت بخش اور جزو بدن بننے والے اجزا کثیر مقدار میں رکھتے ہیں۔ مگر ہم اپنی لاعلمی و ناواقفیت کے سبب ان سے پورا پورا فائدہ نہیں اٹھاتے۔ موجودہ صحت کو برقرار رکھنے اور امراض سے بچنے کے واسطے حفظانِ صحت کے دیگر اصولوں پر کاربند ہونے کے ساتھ یہ ضروری ہے کہ غذا کی اصلاح کی طرف خصوصیت سے توجہ کی جائے

مجرّبات

(از جناب حکیم سید علیم الدین احمد صاحب رمز)

حب جدوار

جدوار خطائی	ایک تولے
عنبر اشہب	۰ ماشے
مومیائی خالص	۳ ماشے
عود قماری	۶ ماشے
مشک خالص	۰ ماشے
دارچینی	۶ ماشے
قرنفل	۶ ماشے
جوز بوا	۶ ماشے
گل سرخ	۶ ماشے
سعد کوفی	۶ ماشے
ایرسا	۶ ماشے
برادہ صندل	۶ ماشے
مروارید ناسفتہ یا صدف صادق سوختہ	۲ ماشے
طباشیر	۳ ماشے
مصطگی رومی	۳ ماشے
بہمنین	ایک تولے
تخم خشخاش سفید	۶ ماشے
تخم کدوئے شیریں مقشر	۶ ماشے
مغز بادام شیریں مقشر	۹ دانے
افیون	۳ ماشے
افیون خالص	۳ ماشے
پوست بیضۂ مرغ سوختہ	۳ ماشے
صمغ عربی	۶ ماشے
شکر سفید	۳ تولے

پہلے مشک اور عنبر کو عرق بید مشک میں کھرل کریں۔ پھر باقی ادویہ کو کوٹ پیس کر اس میں شامل کرکے گولیاں بقدر نخود بنائیں اگر پسند فرمائیں تو ان گولیوں پر ورق نقرہ چسپاں کر دیں۔ خوراک ایک گولی ہے (نوٹ) اگر مشک و عنبر میسر نہ آئے تو نہ شامل کریں +

فوائد دائمی نزلے کی وجہ سے جو ضعف دماغ ہو۔ اس کے لئے عجیب الاثر ہیں کہنہ سے کہنہ اسہال میں بھی مفید ثابت ہو چکی ہیں۔ ممسک مشتہی اور ہاضم ہیں مقوی اعضاء رئیسہ اور شریفہ ہیں۔ بارہا کا مجرب ہے +

(از جناب حکیم نواب فیض اللہ خاں صاحب رامپور)

طلائے عجیب

قرنفل	۶ ماشے
عاقرقرحا	۶ ماشے
مال کنگنی	۶ ماشے
زعفران	۶ ماشے

لہسن یک پوتھیہ (گٹھیہ)	۶ ماشے
الائچی مکہ	۶ ماشے

سب کو باریک کھرل کرکے فلولے بناکر بذریعہ پتال جنتر روغن کشید کریں، اور بدستور کام میں لائیں۔ اوپر برگ پان باندھنا لازمی ہے صبح کے وقت گرم پانی سے دھار دیا کریں، بعدہٗ کپڑے سے پونچھ لیا کریں۔ موسم سرما میں برگ پان بے مصالحہ پر چند الف کھینچ کر نوش کیا کریں۔ بوقتِ شب خواب۔ فوائد: نہایت عجیب الفعل ہے۔

(از جناب حکیم غلام رسول صاحب مقیم جاوڑہ)

حب مقوی اعصاب

جدوار	۴ ماشے
درونج عقربی	۴ ماشے
انیسون	۴ ماشے
ہلیلہ زرد	۴ ماشے
راسن	۴ ماشے
مقل	۴ ماشے
بہمنین	۳ ماشے
کبابہ	۳ ماشے
بزرالبنج	۳ ماشے
صمغ عربی	۳ ماشے
موسیائی	۳ ماشے
عاقرقرحا	۳ ماشے
قرنفل	۳ ماشے
تخم گندر	۳ ماشے
سعد کوفی	۳ ماشے
گاؤزبان	۳ ماشے
اسپند	۳ ماشے
اندرجو شیریں	۳ ماشے
کشنیز خشک مقشر	۳ ماشے
بادیان	۳ ماشے
الائچی خورد	۲ ماشے
بال چھڑ	۲ ماشے
زراوند	۲ ماشے
ریوند	۲ ماشے
فرنیون	۲ ماشے
مغز بادام	۲ ماشے
صندل سفید	۲ ماشے
زیرہ سیاہ مدبر	۲ ماشے
مروارید مکہ	۲ ماشے
مرمکی	ایک ماشے
مرزنجوش مکہ	ایک ماشے
ثعلب	۵ ماشے
شقاقل	۶ ماشے
آملہ مکہ	۶ ماشے
دارفلفل	۹ ماشے
جندبیدستر	نصف ماشے
افیون	۲ تولے

سب کو کوٹ چھان کر بدستور گولیاں بقدر نخود بنالیں۔ خوراک ایک تا ۲ گولی۔

فوائد:۔ مقوی اعصاب ہونے کے علاوہ نزلے و زکام کے لئے اکسیر ہیں۔ اور بہت ہی ممسک ہیں۔

(از جناب ابو النظر حکیم سید علی معظم صاحب ہاشمی)

سفوف گردہ

تخم قلت (کلتھی)
نکھ (اظفار الطیب) } ہم وزن

سفوف بنا کر بقدر ۶ ماشے شکر سرخ کے شربت کے ساتھ کھلائیں۔ امید ہے کہ دوسری خوراک کی ضرورت نہ ہوگی حبس بول اور درد گردہ کے لئے معمول و مفید ہے۔

(از جناب حکیم سید محمد جلال الدین صاحب قدوسی بنارس)

سفوف مبہی

بسباسہ	۱۰ تولے
جوز بوا	۱۰ تولے
زعفران خالص	۱۰ تولے
بہمن سفید	۱۰ تولے
بہمن سرخ	۱۰ تولے
دارچینی	۱۰ تولے
خصیۃ الثعلب	۱۰ تولے
شقاقل مصری	۱۰ تولے
تودری سفید	۱۰ تولے
تودری سرخ	۱۰ تولے
موصلی سفید	۱۰ تولے
مصری	۱۵ تولے

جملہ اشیاء کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ خوراک ۵ ماشے یہ سفوف گائے کے آدھ سیر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

فوائد ضعف باہ، لاغری سستی اور عضو کی کوتاہی کے لئے بے حد مفید ہے۔

(از جناب حکیم محمد ابراہیم صاحب انصاری امرتسر)

اکسیر ہاضم

دانہ الائچی خورد	ایک تولے
دارچینی	۲ تولے
مرچ سیاہ	ایک تولے
نوشادر	۶ ماشے
نمک سیاہ	ایک تولے

سب کو خوب باریک پیس لیں اور سفوف بنا کر محفوظ رکھیں۔ فوائد درد معدہ، محترج ریاح اور بھوک لگانے میں اکسیر ہے۔

از جناب حکیم ڈاکٹر محمود عالم صاحب بزمی گجرا

لبوب اکبر

مغز بادام مقشر	۱۷ ماشے
مغز فندق مقشر	۱۷ ماشے

مغز چلغوزہ	۱۷ ماشے
مغز پستہ مقشر	۱۷ ماشے
مغز سر گنجشک نر	۱۷ ماشے
بہمن سرخ	۹ ماشے
بہمن سفید	۹ ماشے
شقاقل مصری	۹ ماشے
خصیۃ الثعلب	۹ ماشے
زعفران	۲ ماشے
بزر البنج سفید	۲ ماشے
عنبر اشہب	۲ ماشے
مایہ شتر اعرابی	۲ ماشے
تودری زرد	۵ ماشے
تودری کبود	۵ ماشے
تخم بالنگو	۵ ماشے
مصری	۲۰ تولے
شہد خالص	۲۰ تولے
عرق گذر	۳ سیر
عرق بید مشک	۳ سیر
عرق گاؤزباں	۳ سیر

بدستور لبوب بنالیں۔ خوراک ایک یا ۲ تولے ہمراہ شیر مادہ گاؤ استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔

فوائد قوت باہ کے لئے بڑا ہی عجیب وغریب نفع بخش لبوب ہے ۔

(از جناب حکیم سید محمد یوسف علی صاحب کانپور)

حب مقوی باہ وممسک

عاقرقرحا	ایک ماشے
اسپند	ایک ماشے
بیربہوٹی	ایک ماشے
دارچینی	ایک ماشے
جاوتری	۲ ماشے
زعفران	۲ ماشے
جوزبوا	۲ ماشے
قرنفل	۸ ماشے
تیلیا مدبر	ایک ماشے
مشک	۳ ماشے
افیون کہنہ	۳ ماشے

ادویہ کو باریک کریں، اور کھرل میں شہد خالص ڈال کر کھرل کریں۔ اس کے بعد چنے کی برابر گولیاں بنالیں اور ایک گولی ضرورت کے وقت پان میں ڈال کر استعمال کریں۔

فوائد تقویت باہ وامساک کے لئے یہ گولیاں بے نظیر ہیں ۔

(از جناب حکیم حافظ محمد قسیم الدین صاحب صدیقی)

ضعف اعصاب

کشتۂ طلاء	۲ چاول
معجون جالی نوس لولوی	۳ ماشے

کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت دیں ۔

قبض اور اُس کا علاج

(از جناب حکیم سید علی صاحب معطر ہاشمی سیوہاروی)

اس کو طبی اصطلاح میں حصر اور ڈاکٹری میں کانسٹی پیشن (Constipation) کہتے ہیں۔ عرف عام میں پاخانہ نہ ہونے کو قبض کہتے ہیں۔ لیکن قبض کی طبی تعریف یہ ہے کہ طبعی مدت پر اجابت نہ ہو یا اگر ہو تو سہی مگر ناکافی ہو۔

موجودہ زمانے میں ۸۰ فی صدی آدمی کسی نہ کسی نوعیت سے قبض کے مریض پائے جاتے ہیں اور زیادہ قابل افسوس بات یہ ہے کہ عوارض و نتائج کے اعتبار سے یہ شکایت جس قدر تکلیف دہ اور خطرناک ہے اسی قدر اس سے لاپروائی برتی جاتی ہے دن رات میں غذا کے طور پر آدمی جو کچھ کھاتا ہے اسی کی نسبت سے فضلہ کا خارج ہونا جسمانی صحت کی درستی اور قیام کے لئے نہایت ضروری ہے۔ عام طور پر روزانہ دو مرتبہ آدمی پیٹ بھر کر کھاتا ہے تو طبعی قاعدہ یہ ہونا چاہئے کہ اجابت دن رات میں دو مرتبہ ہو ورنہ کم ازکم ایک مرتبہ تو پوری صفائی کے ساتھ ہونا بالکل ضروری ہے اگر ایسا نہیں ہے تو اس کو ہم قبض میں شمار کریں گے۔

اسباب آنتوں کے لحمی ریشوں یا حرکت دودیہ کی کمزوری، غشائے مخاطی کی رطوبت کی کمی، آنتوں پر حرارت و یبوست کا اثر، آنتوں پر صفرے کا کمی سے گرنا، ریاح کا زیادہ پیدا ہونا، اور رُکنا، ریح البواسیر اور بواسیری مسے، سلسل بول، متذکرہ بالا اسباب کے علاوہ قبض کی پیدائش کے اسباب میں انسان کی معاشرت و خورش کے غلط طریقے بھی بہت کچھ اہمیت رکھتے ہیں۔ چنانچہ گوشت و مصالحے جات کا بکثرت استعمال پرخوری، کھانا کھاکر فوراً دماغی یا جسمانی محنت میں مصروف ہوجانا، یا قربت کرنا۔ آرام طلبی، چلنے پھرنے سے جی چرانا، سوڈا اور برف کی زیادتی، شراب خوری، کھیل تماشوں اور دوسرے مشاغل میں رات کی نیند خراب کرنا، کاروبار کی مصروفیت میں بول و براز کی ضرورت کو دبائے رکھنا، اور مقررہ وقت پر رفع حاجت نہ کرنا، جائز یا ناجائز صورت میں مادہ منویہ کا بکثرت ضائع کرنا

ایسے امور ہیں جو عام جسمانی اور عصبی اضمحلال پیدا کر کے ہضم میں نقصان و فتور کا سبب بن کر قبض کی پیدائش میں معاون ہوتے ہیں۔ ریح البواسیر اور بواسیری مسوں کو ہم نے اسباب قبض میں شمار کیا ہے لیکن بعض مشاہدات کی رو سے یہ کہنا غلط ہوگا، کہ حقیقت میں ریح البواسیر اور بواسیر قبض ہی کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ لیکن یہ دونوں امور اپنی جگہ درست ہیں۔ کبھی قبض پیدا ہوتا ہے۔ ریح البواسیر اور بواسیر سے۔ اور کبھی ریح البواسیر اور بواسیر پیدا ہوتی ہیں قبض کے نتیجے میں۔

علامات قبض کی صورت میں اجابت کبھی تو خشک مینگنیوں اور ناہموار سدوں کی شکل میں ہوتی ہے اور کبھی بالکل نرم ہوتی ہے۔ مگر باوجود کئی کئی مرتبہ رفع حاجت کو جانے اور زیادہ سے زیادہ کوشش کرنے کے بعد بھی طبیعت کو اطمینان اور فراغت نصیب نہیں ہوتی۔ بعض آدمیوں کو روزانہ کی بجائے تیسرے چوتھے یا پانچویں روز اجابت ہوتی ہے۔ ان حالات میں جسم میں سستی، دماغ میں تکدر اور انقباض اور پیٹ میں گرانی رہنا یقینی علامات ہوتی ہیں۔ مگر یہ تعجب سے خالی نہیں کہ بیشتر قبض کے مریض بھوک کی کمی کے شاکی نہیں ہوتے، اور اپنی مقررہ خوراک پوری پابندی کے ساتھ کھائے جاتے ہیں۔ ایک قبض کی مریضہ میرے دیکھنے میں آئی جس کو اجابت ہوئے پورے بیس دن ہو چکے تھے۔ اس کے دانت اور ہونٹ سیاہ تھے، بخار یا درد کی کوئی شکایت نہ تھی مگر سخت حیرانی کی بات یہ تھی کہ مریضہ کی مقررہ خوراک میں ذرہ برابر کمی نہیں ہوئی تھی۔ یہ ایک ایسا واقعہ ہے جو ارباب فن کے ذوق فکر و تامل کے لئے کافی سے زیادہ دل چسپ ہوگا۔

عام طور پر قبض کے مریضوں میں مندرجہ ذیل علامات خصوصیت سے پائی جاتی ہیں۔ پیٹ میں گرانی، حواس مکدر اور طبیعت مضمحل رہتی ہے۔ آنکھوں کے سامنے مختلف الاشکال دھبے اور نقطے اڑتے ہوئے سے محسوس ہوتے ہیں۔ آنکھوں میں بار بار میل آتا ہے۔ سو کر اٹھنے کے بعد جسم میں اکڑاہٹ، آنکھوں میں جلن اور تکدر، سر کی جلد اور بالوں میں کھردرا پن اور خشکی پائی جاتی ہے۔ نیند بہت گہری یا مدہوشی جیسی ہوتی ہے یا اس کے برعکس بے خوابی کی شکایت ہوتی ہے۔ دل کی حرکت میں معمول سے زیادہ تیزی آجاتی ہے۔ چہرہ زردی یا سیاہی آمیز سفید ہو جاتا ہے۔

خون کی مقدار گھٹ جاتی ہے۔ کمر، گردہ، اور پنڈلیوں کے موقع پر تناؤ گرانی یا درد محسوس ہوتا ہے۔ پیشاب کبھی سفید اور کبھی گہرا سرخی مائل جلن کے ساتھ آتا ہے اجابت کے وقت زیادہ زور کرنے کی صورت میں پیشاب کے ساتھ کسی قسم کی رطوبت خارج ہو جاتی ہے یا احتلام بکثرت ہونے لگتا ہے اور یہی عوارض رفتہ رفتہ بڑھ کر بہت سے خطرناک امراض کی پیدائش کا سبب بن جاتے ہیں۔

علاج معمولی قسم کا قبض محض غذا کی رد و بدل سے رفع ہو جاتا ہے لیکن دائمی یا شدید قبض ادویات کا محتاج ہوتا ہے۔ میں ادویات سے پہلے کچھ ایسی تراکیب لکھتا ہوں جو بہت سہل الحصول اور ارزاں ہیں

صبح بہت سویرے اٹھ کر ایک گلاس ٹھنڈا پانی پینا گرم مزاج والوں میں رفع قبض کے لئے بہت مفید ہے۔

آنتوں کی خشکی کی صورت میں محض اسپغول سلم ایک تولہ، رات کو سوتے وقت پھانک لینا اور اوپر سے ٹھنڈا پانی پی لینا کافی علاج ہے۔ یا

روغن بادام ۳ ماشے، شیر گاؤ ۲۰ تولے میں شامل کر کے رات کو سوتے وقت پی لینا چاہیئے۔

بھتوا یا پالک بطور ساگ شام کو کافی مقدار میں روٹی کے ساتھ کھانا بھی بہت فائدہ مند ثابت ہوا ہے۔

صبح و شام سر کے بل دو چار منٹ کھڑا ہونا بھی مفید ہے۔

اگر ادویات کی ضرورت ہو تو اندھا دھند ملین اور مسہل دواؤں کا استعمال شروع نہیں کرنا چاہیئے۔ عام طور پر قبض کے مریضوں کو کلی فائدہ اسی لئے نہیں ہوتا کہ ہر صورت میں اعتقاداً ملین و مسہلہ ادویات کو قبض کا شافی علاج سمجھا جاتا ہے چند مخصوص صورتوں کے علاوہ قبض میں ملینات و مسہلات کا استعمال میرے نزدیک نہ صرف غیر مفید بلکہ مضر ثابت ہوتا ہے۔ چونکہ اس قسم کی ادویات کے اثرات وقتی اور عارضی ہوتے ہیں اس لئے ایک عرصے تک ان پر مداومت کرنے کے نتیجے میں اعضائے متعلقہ کی رہی سہی قوتِ مدافعت بھی کمزور ہوتی ہے اور بھاڑے کے ٹٹو والی مثال دو اکھائی تو اجابت ہوگئی اس موقع پر چسپاں ہو جاتی ہے۔

قبض کے ازالے کے سلسلے میں آنتوں کی غشا مخاطی کی رطوبت، آنتوں کی دبازت، اور آنتوں کے گمی ریشوں کی قوت اور حرکت دودیہ کی بحالی اور اعتدال کو بنیادی ومحفوظ علیہ سمجھنا چاہئے۔ اور جو امور براہ راست یا بالواسطہ آنتوں کی قوت و فعل پر مختلف حیثیتوں سے اثر انداز ہوکر فتور و نقصان کا سبب بنتے ہیں۔ بغور ان کا تجسس اور تعین کر کے ان کے دفعیہ کی معقول تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ اس قسم کی تدابیر کو شافی اور یقینی علاج کہا جاسکتا ہے اور کوئی وجہ نہیں کہ ان حالات میں کامیابی حاصل نہ ہو۔

حرارت وتشنگی کی صورت میں جوارش ہندی ایک تولے، عرق مکو ۷ ماشہ، یا صرف پانی کے ساتھ کھانا مفید ہوتا ہے۔ اسی طرح جوارش مصطگی مرکب قبض مع ضعف کے لئے نہایت مفید ہے۔

عام جسمانی حرارت وقوت کی کمزوری کی صورت میں دوار المسک، جوارش جالی نوس لولوی اور فولاد کے مرکبات خوب کام دیتے ہیں۔ فولادی مرکبات کے استعمال سے پہلے پہلے تو قبض میں اضافہ ہوتا ہے لیکن کچھ عرصے بعد اندرونی قوت بحال ہوکر قبض رفع ہوجاتا ہے۔

فولادی مرکبات میں ذیل کا نسخہ ہمارا معمول ہے۔ برادہ فولاد ۵ تولے، مویز منقی ۰ ماشہ، ہلیلہ سیاہ ۵ تولے، پوست ہلیلہ زرد ۵ تولے، ہلیلہ کابلی ۵ تولے، آب برگ ببول ۵ تولے، سرکہ خالص ۵ تولے، آب برگ ترب ۵ تولے، پانی ۳ سیر۔ ان سب ادویات کو نیم کوب کر کے ایک برتن میں ڈال کر منہ بند کر کے زمین میں دفن کردیں۔ چار ہفتے کے بعد نکالیں۔ جس قدر پانی ہو چھان کر شکر ۳ ماشہ ملا کر قوام بنائیں اور اس قوام میں سے ایک تولے روزانہ صبح کو پانی میں ملا کر پی لیا کریں۔

دیگر: (مقوی معدہ و دافع قبض) سوڈا خوردنی ایک تولے، برگ پودینہ ایک تولے، زنجبیل ایک تولے، نان خواہ ایک تولے، دارچینی ایک تولے، الائچی سفید ایک تولے، نمک ترب ایک تولے، بادیان مقشر ایک تولے، مصطگی رومی ایک تولے، انار دانہ ایک تولے باریک پیس کر محفوظ رکھیں۔

خوراک ۲ ماشے بعد غذا دونوں وقت پانی کے ہمراہ۔

دیگر: (مقوی معدہ و امعاء) نان خواہ ۹ ماشے، صعتر فارسی ۹ ماشے، تخم مورد ۹ ماشے، مصطگی رومی ایک تولے، زیرہ سفید ایک تولے، زیرہ سیاہ ایک تولے، برگ پودینہ ایک تولے، عود غرقی ۱/۲ تولے، الائچی سرخ ۱/۲ تولے، الائچی سفید ۱/۲ تولے، سنبل الطیب ۲ ماشے، بباسہ ۲ ماشے، قرنفل ۲ ماشے، پوست ترنج ۲ ماشے، گل سرخ ۲ تولے، گل مدار خشک ۱۰ تولے باریک پیس کر شہد خالص سہ چند شامل کر کے معجون بنائیں اور عرصے تک استعمال کریں۔ خوراک ۹ ماشے پانی کے ساتھ۔

دیگر: (دافع قبض) مربہ ہلیلہ ۳ تولے، گلقند ۳ تولے، الائچی سفید ایک تولے، بادیان ۲ تولے، برگ سنا بریاں ۲ تولے، شہد خالص سہ چند باریک پیس کر شہد میں شامل کریں۔ خوراک ۹ ماشے رات کو عرق بادیان کے ساتھ۔

دیگر: (دافع قبض) ایلوہ ۲ ماشے، مصطگی ۲ ماشے، عصارہ ریوند ۲ ماشے پیس کر پانی کی مدد سے حبوب بقدر نخود بنائیں۔ رات کو سوتے وقت ایک گولی پانی کے ساتھ نگل لیا کریں۔ صبح یقینی طور پر ایک صاف اجابت ہو جاوے گی۔

دیگر: (ایضاً) خاکستر برگ لیموں کاغذی ایک تولے، سوڈا خوردنی ایک تولے ملا کر رکھ لیں۔ خوراک ۱ ماشے پانی کے ہمراہ صبح استعمال کریں۔

دیگر: (ایضاً) برگ سنا، جن میں سوائے پتیوں کے تنکے وغیرہ شامل نہ ہوں مٹی کے برتن میں چولہے پر رکھ کر نرم آنچ کے ذریعے بریاں کریں اور باریک پیس کر شہد کی مدد سے گولیاں بنائیں۔ ۲ ماشے یہ گولیاں رات کو گرم پانی کے ساتھ استعمال کر لیا کریں۔

دیگر: مویز منقیٰ ایک تولے، مغز بادام ۱۱ دانے، نیم کوب کر کے رات کو نیم گرم پانی کے ساتھ بغیر چبائے ہوئے پانی کے ہمراہ نگل جایا کریں۔ صبح ملین اور صاف اجابت ہو جایا کرے گی۔

دیگر: (مقوی معدہ و جگر و دافع قبض) ہلیلہ سیاہ ۲ ماشے، پوست ہلیلہ زرد ۲ ماشے، ہلیلہ کابلی ۲ ماشے، باؤبڑنگ ۲ ماشے، ترنجبین ۲ ماشے، سہاگہ ۲ ماشے، نوسادر ۲ ماشے، فلفل دراز ۲ ماشے، مصطگی ۲ ماشے، مویز منقیٰ ایک تولے۔ آب برگ ترب کے ساتھ حبوب بقدر کنار صحرائی بنالیں۔

ہر غذا کے بعد ایک گولی پانی کے ساتھ کھا لیا کریں۔

بقائے روح

(از جناب ایس ایم پال صاحب)

اگر آپ نابود شدہ اقوام کی مذہبی تاریخ کے مطالعہ کرنے میں دردِ سر محسوس نہ کریں تو آپ دیکھیں گے کہ دنیا میں کوئی قوم کسی نہ کسی زمانے میں ایسی نہیں گذری ہے جس کا یقین روح کی ہستی اور حیات بعد الممات پر نہ ہو۔ جس سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ کس طرح یہ یقین انسانی فطرت کا جزو لاینفک بن گیا ہے۔ چنانچہ اس دعوے کے ثبوت میں ہم ان اقوام میں سے بابلی، مصری، زرتشتی، ہندی، اور یونانی معتقدات ہدیہ ناظرین کرتے ہیں

بابلی معتقدات

بابلیوں کا اعتقاد تھا کہ انسانی روح لافانی ہے۔ کیونکہ "خالق نے ان کو اپنے خون سے خلق کیا" ہے۔ چونکہ خالق کا خون لافانی ہے، اس لئے ارواح بھی لافانی ہیں۔ اور بظاہر قدرت میں کوئی چیز ایسی نہیں جس میں اچھی یا بری روح نہ ہو۔ انسانوں کا یہ فرض ہے کہ ان بد ارواح کو بذریعہ نذر و نیاز خوش رکھیں اور کوشش کریں کہ نیک ارواح سے استفادہ کریں۔ ان کے نزدیک بُری ارواح کوئی جُداگانہ خلقت نہیں ہے۔ بلکہ یہی انسانی ارواح ہیں جو بعد از مفارقتِ بدن کسی نہ کسی وجہ سے اپنے مقام میں داخل نہیں ہو سکتی ہیں۔ تب وہ بغرض انتقام بالعموم سب کو اور بالخصوص اپنے رشتے داروں کو نقصان پہونچانے کی کوشش کرتی ہیں۔

جب روح بدن سے علیحدہ ہو جاتی ہے۔ اگر اسی وقت اس کی لاش کو باقاعدہ دفن نہ کیا جائے، یا اس کی رسومات پورے طور سے ادا نہ کی جائیں، یا اس کی لاش کو غیر ملک میں دفنایا جائے تو وہ روح عالم ارواح میں نہیں جا سکتی۔ بلکہ ادھر ادھر پریشان پھرتی رہتی ہے۔ اس لئے وہ ان لوگوں سے انتقام لینے کی کوشش کرتی ہے جن کی غفلت کی وجہ سے وہ اپنے آرام دہ مقام میں داخل ہونے سے رہ گئی ہے۔ اس قسم کی ارواح میں سب سے زیادہ مشہور نامترو (Namtaru) ہے جو سب سے زیادہ خطرناک

ہے۔ دوسری اُتکو (Utukku) ہے۔ یہ ان دونوں کو ستاتی رہتی ہے، جو بیابانوں اور جنگلوں میں رہتے ہیں۔ ان کی ساتھی ایک تیسری روح ہے۔ جس کو ایکمو (Ekimmu) کہتے ہیں۔ یہ تمام روئے زمین پر چکر لگاتی رہتی ہے۔ اور جس کو پاتی ہے ضرر پہونچاتی ہے۔ جن سے اس کا بحالت حیات کچھ نہ کچھ تعلق تھا۔ کیونکہ ان کے سبب سے وہ اپنے آرام کے مقام میں داخل نہ ہوسکی۔

نیز ان کا اعتقاد تھا کہ وبا، مری، کال، آندھی، طوفان، جنون، بخار، دردسر، اندھاپن وغیرہ سب انہیں بد روحوں کے طفیل سے آتے رہتے ہیں۔ چنانچہ لبارتو (Labartu) وناترو (Namtaru) وبار کے متوکل ہیں اور اشکو (Ashakku) سخت بخار پھیلاتی ہے۔ وغیرہ۔

جنت اور دوزخ پر بھی یہ یقین رکھتے تھے۔ ان کے نزدیک جنت کے کئی نام تھے مثلاً درخشاں آسمانی ملک، نقرئی آسمان، زندگی کا ملک، اور زندگی کا مکان۔ جو نیک بابلی مرتا تھا۔ اس کی روح براہ راست جنت میں داخل ہوتی تھی۔ اور وہاں زمانۂ پیشین کے بزرگوں، بہادروں اور بادشاہوں کی ارواح کے ساتھ مساویانہ طور پر عیش وعشرت میں رہتی تھی۔ سپاہیوں کی ارواح صوفوں پر بیٹھ کر اپنے دوستوں کے ساتھ "پاک شراب" پی کر مگن رہا کرتی تھیں۔

دوزخ کے متعلق ان کا خیال تھا کہ زمین کے اندر ایک عمیق اور بے حد تاریک اور بے حد وسیع غار ہے۔ جس کے اندر ایک دریا بھی ہے۔ جس پر سے روحوں کا گذر ناضروری ہے۔ اس کی چاروں طرف سات دیواریں اور سات دروازے ہیں جو ہر وقت مقفل رہتے ہیں۔ اس کے دربان بھی ہیں جو صرف انہیں ان روحوں کے لئے کھول دیتے ہیں جو دنیا سے آتی ہیں اور پھر بند کر دیتے ہیں۔ یہاں کے رہنے والوں کا کھانا پینا مٹی اور کیچڑ ہے۔ بابلی لوگ روحوں کے لئے مردک کے حضور یوں دعا کرتے تھے کہ "اے خدا، جس کا توکل تجھ پر ہے تو اُس کی روح کو نفع پہونچاتا ہے۔"

بابلی مذہب کے متعلق کل بیانِ مافوق ذیل کی دو مشہور ومعروف اور مستند کتابوں

(1) Immortality and the Unseen World by W. O. Oesterley. D.D. (2) Babylonian Life and History

(by E.A. Wallis Budge, M.A.) سے ماخوذ ہے۔

مصری معتقدات

مصریوں کا عقیدہ تھا کہ روح غیر فانی ہے۔ اور اس کو اس دنیا کے اعمال کے موافق عقبیٰ میں سزا و جزا ملتی ہے۔ وہ تناسخ کے بھی قائل تھے۔ اس لئے جانوروں تک کی پرستش اور تعظیم کرنے لگے تھے۔ مگر مصریوں اور ہندوؤں کا تناسخ کے متعلق ایک بات میں اختلاف ہے۔ ہندوؤں کا عقیدہ ہے کہ جو لوگ گناہ کی زندگی بسر کرتے ہیں۔ ان ہی کی روح کو تناسخ میں اعلےٰ ہستی سے ادنیٰ ہستی ملتی ہے۔ لیکن مصریوں کا عقیدہ تھا کہ ہر انسان کی روح کو اپنی مدتِ حیات میں تمام ذی روح مخلوق کے جسم میں رہنا، اور پھر انسان کے جسم میں آجانا چاہیئے۔ چونکہ تین ہزار سال میں تناسخ کا ایک دور ختم ہوتا ہے اس لئے مصر کے لوگ لاشوں کو خوشبودار مصالح سے محفوظ کیا کرتے تھے تاکہ جب پھر روح لوٹ کر آئے تو جسم اسے قبول کرسکے

مصریوں کا عقیدہ تھا کہ عقبیٰ میں مسرت اس دنیا میں نیک اعمال کرنے پر ملتی ہے۔ بہتر (۷۲) دن تک مردے کا ماتم کیا جاتا تھا۔ اتنے دن لاش مصالحہ لگانے والوں کے پاس رہتی تھی۔ اس کے بعد رشتے داروں کے پاس ایک مہینے یا ایک سال رہتی تھی جہاں مردے کی روح کو دعوتیں دی جاتی تھیں۔ اس کے بعد لاش کو مقدس جھیل کے کنارے لے جاتے تھے وہاں ۴۲ آدمی ۴۲ صوبوں یا ۴۲ دیوتاؤں کے قائم مقام بن کر یہ فیصلہ کرتے تھے کہ آیا مرحوم کو عقبیٰ میں مسرت ملنی چاہیئے یا رنج وغم، ایک میزان کھڑی کی جاتی تھی جس میں ایک طرف درستی کی مورت رکھی جاتی تھی، اور دوسرے میں مردے کے اعمال ایک بند بوتل میں۔ اگر اس کے اعمال کا پلہ بھاری ہوتا تھا تو اسے اپنے صوبے کی جھیل کے پار لے جاکر دفن کیا جاتا۔ ورنہ جھیل کے اس پار۔ یہ رسم دیوتاؤں کی مجلس انصاف کی تقلید میں کی جاتی تھی۔ کیونکہ دیوتاؤں کی مجلس میں بیالیس دیوتا مل کر مردے کا انصاف کرتے تھے۔ اوسائرس دیوتا اس مجلس کا سردار ہوتا تھا۔ وہاں بھی ایک میزان کھڑی کی جاتی تھی جس کے ایک پلڑے میں انصاف کی مورت اور دوسرے میں انسان کا دل رکھا جاتا تھا اور پلڑے کے جھکنے والے پر فتویٰ دیا جاتا تھا۔

مُردے کی قبر پر اس کے اعمال درج کئے جاتے تھے جس سے معلوم ہوتا تھا کہ فلاں شخص نے اپنی زندگی میں ایسے کام کئے تھے اور یہ کہ اسے عقبیٰ میں مسرت نصیب ہوئی ہے یا نہیں۔

مصری لوگوں میں یہ بھی رسم تھی کہ ان کے مذہب کی پاک کتاب کا ایک حصہ مردے کے ساتھ دفن کیا جاتا تھا۔

موت کے بعد کیا ہوتا ہے؟

مصریوں کے عقیدے کے موافق جو افعال انسان سے بقید حیات جسمانی سرزد ہوتے ہیں اُن کی باز پرس موت کے بعد دیوتاؤں کی طرف سے کی جاتی ہے۔ یہ عقیدہ مصریوں کے زمانہ تہذیب و شائستگی سے تعلق رکھتا ہے۔ اور بعد میں بھی تمام نسلوں میں جیسے کا تیسا ہی قائم رہا۔ اس بارے میں جس قدر شہادتیں دستیاب ہوئی ہیں۔ ان سے ظاہر ہوتا ہے کہ ہر رُوح کے ساتھ اس کے افعال کے مطابق سلوک کیا جاتا ہے۔ اور یا تو اسے مقبولوں اور نیکوکاروں کے ملک میں جس کا فرماں روا اوسائرس ہے۔ بھیج دیا جاتا ہے اور یا ہلاک کر دیا جاتا ہے۔

مُردوں کی عدالت کا خیال مصریوں میں ایک نہایت قدیم زمانے سے چلا آتا تھا یہاں تک کہ شاہ مینکورا کے عہد میں جو سنہ ۳۶۰۰ قبل مسیح کے قریب تھا ایک پتھر کی بٹیا پائی گئی۔ جس پر ایک مذہبی حکم تھوتھ دیوتا کے ہاتھ کا لکھا ہوا تھا۔ یہ حکم اب "مُردوں کی کتاب" فصل ۳۰ (ب) میں شامل ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ مصریوں میں "مُردوں کی کتاب" کی ایک فصیل قرار دیا گیا۔ گیارھویں شاہی خاندان کے ایک تابوت پر لکھا ہوا تھا بادشاہوں کا گیارھواں خاندان مصر میں سنہ ۲۵۰۰ قبل مسیح کے قریب گذرا ہے۔ اس سے بھی مُردوں کی عدالت کے خیال کی تصدیق و تائید ہوتی ہے۔

مُردوں کی عدالت اس طرح کی جاتی تھی کہ ایک دیوتا کے رُو برو مُردے کے اعمال ایک میزان میں وزن کئے جاتے تھے۔ یا اس کا جسم اس کے افعال یا دل کے ساتھ اس طرح وزن کیا جاتا تھا کہ ایک پلڑے میں جسم رکھا جاتا تھا اور دوسرے میں اس کے افعال یا دل۔ عدالتِ انصاف میں داخل ہونے سے پہلے روح کو را اور اوسائرس کی ستائش کرنی

غزل

حضرت ظفر تاباںؔ مرحوم

دو عالم کو دل بھولتا جا رہا ہے
مجھے کوئی اس وقت یاد آ رہا ہے

کبھی تھا جو ہنگامہ زارِ تبسم
وہ دل آنسوؤں میں بہا جا رہا ہے

سمجھنے لگے ہیں نگاہِ محبت
حیا آ رہی ہے شباب آ رہا ہے

کبھی جسکے دم سے سکوں تھا میسر
وہی ہے کہ اب دل کو تڑپا رہا ہے

لبوں پر تبسم نگاہوں میں شوخی
وہ کافر کس انداز سے آ رہا ہے

زباں سے جو کہنے کی تھی بات کہدی
بس اب کچھ نگاہوں سے کہنا رہا ہے

غمِ دل نے راحت کا احساس بخشا
کچھ اب زندگی کا مزا آ رہا ہے

یہاں تک ہے پاسِ حیا اس کو تاباںؔ
کہ خود اپنے جلووں سے شرما رہا ہے!

پڑتی تھی، اور وہ گناہ بتانے پڑتے تھے جو اس سے سرزد نہیں ہوئے ہوں عدالت میں داخل ہوکر اسے بیالیس دیوتاؤں کے روبرو جو اوسائرس کے ماتحت ہیں یہ اقرار کرنا پڑتا تھا کہ اس نے فلاں فلاں گناہ نہیں کیا۔

اس کے بعد اسے اس عدالت میں جسے معاتی (Maati) کی عدالت کہتے ہیں داخل ہونا پڑتا تھا۔ جہاں اس کا دل ایک ترازو میں وزن کیا جاتا تھا۔ ترازو کی ایک جانب انوبس دیوتا جس کا سر گیدڑ کا سا تھا۔ دوزانو بیٹھا ہوتا تھا۔ اس کے پس پشت تھوتھ دیوتا جس کا سر ایک چڑیا کا سا تھا کھڑا ہوتا تھا۔ اس کے ہاتھ میں ایک قلم ہوتا تھا۔ جس سے وہ وزن لکھتا جاتا تھا۔ تھوتھ کے پاس ہی تین سر کا کتا جسے اَم میت (Amamit) کہتے ہیں بیٹھا ہوتا تھا۔ اگر دل ذرا بھی ہلکا ہوتا، تو وہ اسے کھا جاتا تھا۔ ترازو کی دوسری جانب آنو اور اس کی بیوی تھوتھو ادب کے ساتھ سر جھکائے ہوئے کھڑے ہوتے تھے۔ وہ اس وقت انسان کی شکل میں ہوتے تھے۔ اور انسان کے سے کپڑے پہنے ہوئے۔ آنو کی روح باز کی شکل میں جس کا سر انسان کا سا ہوتا تھا رکھی ہوتی تھی اور یہ شے مرحوم کا مضغہ سمجھی جاتی تھی۔ اس کے بعد مُردے کی رُوح کو بہت سے مکانوں میں ہوکر گذرنا ہوتا تھا۔ جن کے دربان ایسے عفریت ہوتے تھے جو نووارد رُوح سے دشمنی رکھتے تھے۔ مزید برآں اسے ایک کشتی میں سوار ہوکر ان مکانوں کے دیوتاؤں کی مدد سے اس منزل مقصود کو جانا ہوتا تھا جہاں کہ اسے جانا چاہئے تھا۔ اس کے لئے اسے بہت سی دعائیں جو "مُردوں کی کتاب" میں درج ہیں۔ ٹھیک طریقے اور صحیح تلفظ میں ادا کرنی پڑتی تھیں۔

جب رُوح کے اعمال کا حساب کتاب ہوچکتا تھا تو اوسائرس کا بیٹا ہورس " (Horus) دیوتا اوسائرس کی شکل اختیار کرکے اس روح کا جو راست باز ثابت ہوتی تھی بایاں ہاتھ اپنے دائیں ہاتھ میں لے کر اوسائرس کی طرف جاتا تھا جو ایک تخت پر متمکن ہوتا تھا۔ اس کے دائیں ہاتھ پر نیفتھیز (Naphthys) اور بائیں پر آئسس کھڑی ہوتی تھی، اور سامنے کنول کے پھول کے اوپر ہورس کے چار بچے۔ جب ہورس اوسائرس کے حضور میں پہونچتا تو یہ کہتا کہ "میں تیرے حضور میں فلاں روح کو لایا ہوں۔ اس کا دل راست باز نکلا۔ اُسے اپنی حضوری میں داخل کر" اس وقت روح اوسائرس

سے یوں مخاطب ہوتی تھی "اے فرماں روا، میں تیری حضوری میں حاضر ہوں۔ مجھ میں کوئی کھوٹ اور گناہ نہیں پایا گیا۔ مجھے اپنے مقبولوں میں داخل کرے" چنانچہ اوسائرس اسے اپنے مقبولوں میں داخل کر لیتا تھا۔

جب یہ سخت امتحان گذر جاتا تھا تو اسے پاتال کے مختلف اور متعدد دیوتاؤں سے ملاقات کرنی ہوتی تھی جن کی جناب میں وہ عاجزی کے ساتھ دعا کرتی تھی۔ ان دعاؤں کے ختم ہونے پر روح کو معاتی دیوی کی عدالت کے ہر حصے یعنی دروازے دہلیز وغیرہ، اور دربانوں کے سوالوں کا جواب دینا ہوتا تھا۔ جن میں سے ہر ایک اس سے اپنا نام وغیرہ دریافت کرتے تھے۔ ان ناموں کے بتانے کے بعد روح پاتال کے ہر حصے کی سیر کرتی اور جو عیش و نشاط ان میں ہوتے ہیں۔ ان سے اپنے کو محظوظ و مسرور کرتی ہے۔

اگرچہ قدیم مصریوں میں دوزخ کا کوئی خیال نہیں پایا جاتا تھا جسے وہ شیول (Sheol) کہتے تھے۔ اُسے وہ بد روحوں کا مالک سمجھتے تھے اور اس میں آفتاب کبھی بھی جلوہ گر نہیں ہوتا تھا۔ اس میں عفریت سکونت رکھتے تھے۔ مگر زمانۂ مابعد کے مصریوں کی دوزخ بہت سی خاص خاص باتوں میں برہمنوں کے دوزخ سے مشابہت رکھتی ہے۔ وہ اوسائرس کو برہمنوں کے وسروام کی مانند سمجھتے تھے۔ اس کے محل کی حفاظت عفریت کیا کرتے تھے۔ جن کے ہاتھوں میں آتشی ہوائیاں ہوتی تھیں۔ ان کے ہاں اکیس دوزخیں مانی جاتی تھیں۔

پرتم ہرو یعنی مردوں کی کتاب جو دنیا کی سب سے پرانی کتاب ہے۔ اس میں زمانۂ مابعد کے مصریوں کے دوزخ کا حال پایا جاتا ہے۔ اسی دوزخ سے شاعروں مصوروں مذہبی پیشواؤں اور مدبروں نے مختلف قوموں کی دوزخ بنالی۔

گنہگار روح کو اپنے سفر میں بہت سی آفات پیش آتی تھیں۔ اسے بد روحیں، سانپ، بچھو، زہریلے جانور، تکان، بھوک اور پیاس ستاتی تھیں۔ جب وہ تاریک پاتال میں پہونچتی تو اسے ایک گہری نیند آجاتی تھی۔ جس سے وہ کبھی بیدار نہیں ہونے پاتی تھی۔

مردوں کی کتاب میں لکھا ہوا ہے کہ گناہگاروں سے ہورس یوں کلام کرتا ہے "تمہارا سر قلم کیا جائے گا۔ تم فنا ہو جاؤ گے۔ تمہاری روح ہلاک کی جائے گی۔ تم نے میرے باپ اوسائرس کا گناہ کیا ہے۔ اس کے عوض میں تم مٹا دیئے جاؤ گے" اور پھر دوزخ کے

محافظوں اور کارکنوں سے یوں مخاطب ہوتا ہے "تمہارا فرض ہے کہ دوزخ کے ان مکانوں کی حفاظت کرو جہاں شریروں کی روح پر را دیوتا کے حکم کے مطابق عذاب کیا جاتا ہے۔

دوزخ اور اس کی آتشی جھیل کا کارکن ہورس ہے۔ وہ ایک عصا ٹیکے ہوئے اور روحوں کو جن کی مشکیں کسی ہوتی ہیں لے کر دوزخ کی طرف جاتا ہے۔ اسے پہلے ایک سانپ ملتا ہے جسے کھیتی (Khetit) کہتے ہیں۔ اس کے منہ سے آگ نکلتی رہتی ہے اس سانپ کو دیکھ کر ہورس گناہ گاروں سے کہتا ہے "اے شریرو، تمہاری طاقت زائل ہوجائے گی۔ اب تم زندہ نہ رہوگے۔ بلکہ ہلاک کئے جاؤ گے۔ تم نے میرے باپ اوسائرس کی نافرمانی کی ہے" اور سانپ سے یوں مخاطب ہوتا ہے "میری کھیتی اپنا منہ کھول، میرے باپ کے دشمنوں پر آگ برسا۔ ان کے جسموں کو جلادے۔ ان کی روحوں کو خاک سیاہ کردے" یہ سنتے ہی سانپ ان پر آگ برساتا ہے اور وہ جل بھن کر رہ جاتے ہیں۔

"باقی آئندہ"

وسائلِ معاش

(از جناب وَید رام رچپال صاحب رکھی راجپورہ)

ریگمال کاغذ بنانا اس کے لئے کانچ کے باریک ٹکڑے، سریش، پیکنگ پیپر، یعنی عمدہ دبیز کاغذ کی ضرورت ہے۔ کانچ کے ٹکڑوں کو سریش لگے ہوئے کاغذ پر جما کر ریگمال کاغذ بنایا جاتا ہے۔ ذرا سوچئے اس میں کون سی مشکل بات ہے جو سمجھ میں نہیں آتی یا اس کا میسر ہونا مشکل ہے یا زیادہ سرمائے کی ضرورت ہے۔

اس کا آسان طریق یہ ہے کہ پہلے آپ الگ الگ قسم کے ریگمال کے، لوہے کے، کانچ کے، باریک اور موٹے اقسام کا ایک ایک تختہ بازار سے خرید لائیں پھر ان کو الگ الگ پانی میں بھگو کر ان سے ٹکڑے علاحدہ کرلیں۔ اب انہیں الگ نمبروں کی چھلنیوں میں سے چھان کر دیکھیں کہ کس نمبر کی چھلنی سے کون سے نمبر کا ریگمال بنے گا۔ بس ان کی یادداشت لکھ لیں

کانچ کو کوٹ کر موٹا یا باریک حسب ضرورت اقسام میں علاحدہ علاحدہ کرکے چھوڑ دیں، اب لوہے کی دو ایسی پلیٹیں بنوائیں جن میں ریگمال کا کاغذ پوری طرح آجائے۔ ایک میں

سریش کو پتلا سا لگا کر بھر دیں اور دوسرے میں کانچ کے ٹکڑوں کو ڈال دیں۔ پھر کاغذ کو پہلے اس طرح سریش والے پلیٹ پر پھرائیں کہ اس کی تمام سطح پر سریش لگ جائے۔ پھر وہی کاغذ دوبارہ کانچ والے پلیٹ پر رکھ کر ذرا ذرا دبا دیں۔ کاغذ اپنے ساتھ ضرورت کے مطابق ٹکڑے لے آئے گا۔ ان ہی کانچ کے موٹے اور باریک ٹکڑوں سے مختلف قسم کا ریگمال بن جاتا ہے۔ سخت کام کے لئے کانچ کی جگہ لوہے کے ذرات کام میں لائے جاتے ہیں۔ تھوڑے سے سرمائے سے بھی یہ کام چل سکتا ہے۔

جہاں ہزاروں روپے کا ولایتی مال سوداگروں کے ہاں کھپ جاتا ہے۔ کیا وہاں پر تمہارا مال نہیں نکلے گا؟ جب کہ یہ تمہارا مال بھی بالکل ویسا ہی بن جائے گا جیسا کہ ولایتی ہوتا ہے۔ اپنے ریگمال پر آپ ولایتی ریگمال کی طرح ہی نمبروں کی مہر بنوا کر لگا دیا کریں اور اسی طرح پیک کر دیں۔ ..... شراب فروشوں کی دوکان سے منوں کانچ ٹوٹی ہوئی بوتلوں کا بالکل مفت فراہم کیا جا سکتا ہے +

کاربن پیپر بنانا

نیلے، کالے، جامنی وغیرہ کئی رنگ کے کاربن پیپر ڈاک خانوں اور دوسری کئی جگہوں میں کام میں لائے جاتے ہیں ان کو سفید کاغذوں کے درمیان رکھ کر اوپر کے کاغذ پر بذریعہ پنسل لکھنے سے دوسرے کاغذ پر تحریر آجاتی ہے اسی لئے اس کو نقل اتارنے کا کاغذ بھی کہتے ہیں۔ ان کے بنانے کی ترکیب بہت آسان ہے؛ چربی یا اس قسم کی دیگر کسی چکنائی میں کاجل یا نیل یا جامنی رنگ وغیرہ کو خوب گھول کر پتلا کر لیں اور ایک چوڑے ہموار پتھر پر ربڑ یا نرم چمڑے کے رول سے روشنائی کو خوب پھیلائیں۔ جب سیاہی خوب اچھی طرح پھیل جائے تو پتلا کاغذ پتھر پر رکھ کر رول کو پھرائیں، اس عمل سے ایک یا دونوں طرف سیاہی لگ جائے گی اور حسب ضرورت لگے گی۔ اس کاغذ کو احتیاط سے اٹھا کر بذریعہ الپن کسی بندھی ہوئی اونچی رسی سے لٹکا دیں تاکہ وہ خشک ہو جائیں۔ جب سوکھ کر اچھی حالت میں ہو جائیں تو ان کے دستے بنا کر فروخت کریں۔ اس میں احتیاط صرف اس بات کی ہے کہ روشنائی کاغذ پر برابر یکساں اور عمدہ حالت میں لگے۔ مشق سے یہ مطلب حل ہو جائے گی۔ آپ بازار سے چند اقسام کے کاربن پیپر لے کر ان کے مطابق خود تیار کرنے کا عمل شروع کریں +

فہرست مرکبات ہمدرد دواخانہ یونانی دہلی

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ ۱۴ر	دماغ کا تنقیہ کرتا ہے، مالیخولیا و مراق کے لئے بہت مفید ہے سر کے درد، قولنج اور تبخیر کو رفع کرتا ہے۔ اس کی مداومت یعنی برابر استعمال کرتے رہنا نزلے کا قلع قمع کر دیتی ہے ہر مزاج والے کو موافق آتا ہے۔ ترکیب استعمال:۔ ۵ ماشے سے ۹ ماشے تک ہمراہ عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا تنہا بغیر کسی چیز کے استعمال کریں ترش اور بادی اشیا سے پرہیز۔	اطریفل زمانی
فی تولہ /٠	فساد خون اور خارش وغیرہ امراض کے لئے نہایت مفید ہے آتشک کی گرمی د... کرنے کے لئے نہایت مجرب چیز ہے۔ ترکیب استعمال: ۹ ماشے سے ایک تولے تک عرق مرکب مصفی خون کے ساتھ یا بغیر کسی چیز کے استعمال کریں۔ گرم اور ترش اشیائے سے پرہیز۔	اطریفل شاہترہ
فی تولہ ۱ر	دماغ کو قوت بخشتا ہے، آنکھوں کی روشنی قائم رکھتا ہے، نزلہ، سر درد حار کے لئے نہایت مفید ہے ترکیب استعمال صبح یا سوتے وقت ۹ ماشے استعمال کریں۔ ترش اور بادی اشیائے سے پرہیز کریں۔	اطریفل مقوی دماغ
فی تولہ ۱ر	خنازیر یعنی گنٹھ مالا کے لئے مفید ہے اور معدے اور دماغ کو فضلات سے پاک کرتا ہے ترکیب استعمال، صبح کو ۹ ماشے عرق مرکب کے ساتھ یا تنہا بغیر کسی چیز کے استعمال کرنا چاہئے۔ بادی و ترشی سے پرہیز۔	اطریفل غددی
فی تولہ مر	بادی اور خونی بواسیر کے لئے مفید ہے قبض کو رفع کرتا ہے بالخصوص خونی بواسیر کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال صبح یا رات کو سوتے وقت بغیر کسی چیز کے تنہا استعمال کریں۔	اطریفل مقل

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
اطریفل کشنیزی	دردِ سر اور دردِ چشم اور کان کی بیماریوں کے لئے جو معدے کی تبخیر کی وجہ سے ہوں، نہایت مفید ہے، دماغ کو قوت دیتا ہے، اور معدے کی تبخیر کو بند کرتا ہے، بواسیر کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال: ایک تولے رات کو سوتے وقت عرق گاؤزبان ۱۲ تولے کے ساتھ یا ایسے ہی استعمال کریں۔	فی تولہ ۱/
اطریفل ملین	دماغی بیماریوں کے لئے مفید ہے اور پرانے دردِ سر کو زائل کرتا ہے، معدے اور آنتوں کے درد کو دور کرتا ہے۔ قبض کشا ہے۔ ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت ۹ ماشے یہ دوا نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔	فی تولہ ۱/
اکسیر الاطفال	اس دوا کا ہر مکان میں رہنا طبیب یا ڈاکٹر کا کام دیتا ہے چھوٹی عمر کے ننھے اور معصوم بچوں کے واسطے بہت ہی مفید ہے، معدے کو صحیح حالت میں رکھنا، بدہضمی کو رفع کرنا، اور پیٹ کی ہر قسم کی خرابیوں کی اصلاح کرنا، اور قدرتی نشوونما کو برقرار رکھنا اس کا خاص فعل ہے غرضیکہ اسم بامسمیٰ ہے۔ پرچہ ترکیب ہمراہ ہے۔	فی ڈبیہ ۱۲/
اکسیر سوزاک	یہ سفوف سوزاک کے قرحہ کو بہت جلد بھرتا ہے، بارہا کا آزمودہ ہو ترکیب استعمال: ۵ ماشے یہ سفوف حسب ذیل ادویہ کے ساتھ استعمال کرنا چاہیئے۔ شیرہ تخم خیارین ۳ ماشے، شیرہ تخم خربزہ ۳ ماشے شیرہ خارخسک ۳ ماشے، شیرہ بادیان ۳ ماشے، پانی میں باریک پیس کر شربت بزوری ۲ تولے ملا کر سفوف کھائیں۔ اور اوپر سے دوا پی لیں یا صرف شربت بزوری ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔	فی شیشی عہ/
اکسیر احتلام	مادہ تولید کی اصلاح کرتا ہے، رقت و کثرت احتلام کو رفع کرتا ہے بارہا کا مجرب و آزمودہ ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے یہ اکسیر صبح کو گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ کھٹی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی ڈبیہ ۲۰ خوراک عہ/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
اکسیر طحال	طحال کے واسطے اکسیر ہے، مرض کیسا ہی پرانا ہو، اس کے استعمال سے شفائے کلی ہوجاتی ہے، تلی کے ورم کو تحلیل کرتی ہے، اور اس کی سختی کو دور کرتی ہے۔ معدے کو تقویت پہونچاتی ہے۔ ترکیب استعمال: ۴ قطرے یہ دوا ۵ تولے پانی میں ملا کر صبح اور شام کو کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں۔	فی شیشی ۶عہ
اکسیر آتشک	یہ دوا آتشک کے لئے تیر بہدف ثابت ہوئی ہے۔ نئے اور پرانے ہر قسم کے آتشک میں اکسیر ہے۔ ابتدائے مرض میں استعمال کرنے سے مرض کو بالکل نیست و نابود کر دیتی ہے۔ سوداوی اثرات اور آتشک کے عوارضات کو زائل کر دیتی ہے۔ غرضیکہ یہ دوا آتشک کے لئے بہترین دوا ہے۔	فی شیشی ۲۰ خوراک ۵عہ
اکسیر اعظم	تقویت باہ کے لئے بے نظیر دوا ہے، عام جسمانی کمزوری کو رفع کرتی ہے سب سے انتہا خون صالح پیدا کرتی ہے۔ اعصاب کو قوی کرتی ہے اور حرارت غریزی کی محافظ ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول سے ۴ چاول تک لبوب کبیر ۵ ماشے یا معجون جالی نوس لولوی ۵ ماشے یا پان اور مناسب بدرقہ کے ساتھ نوش فرمائیں۔	فی ماشہ عہ
اکسیر سعال	یہ کھانسی اور دمے کی لاثانی دوا ہے۔ انسانی زندگی کا تمام دارومدار پھیپھڑوں کی تندرستی اور سلامتی پر ہے۔ وجہ یہ ہے کہ جب اس میں کوئی نقص پیدا ہوجاتا ہے تو صحت کے لئے نہایت مضر ثابت ہوتا ہے آج کل ہمارے اہل وطن بلغمی کھانسی اور دمے کی شکایت میں بہت زیادہ مبتلا نظر آتے ہیں۔ یہ دوا اس شکایت کا کامیاب علاج ہے۔ چند روز کے استعمال سے مرض میں حیرت انگیز طور پر تخفیف ہونے لگتی ہے اور یہ تکلیف دہ مرض رفع ہوجاتا ہے۔ اس مرض سے جو عام کمزوری ہوجاتی ہے اس کو قوت سے بدل دیتی ہے۔	فی شیشی عہ

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
اکسیر سعال	ترکیب استعمال: ایک قرص شہد یا مکھن میں ملاکر استعمال کریں اس کے استعمال کے دوران میں مکھن اور دودھ حسب برداشت ضرور استعمال کرنا چاہیئے۔	فی شیشی ۶؍
[illegible]	زکام، نزلہ، مالیخولیا، فالج، ضعف اعصاب، رعشہ، نسیان، درد معدہ وجگر، درد قولنج وغیرہ کے لئے بہت ہی مفید دوا ہے۔ ہر مطب میں یہ دوا کثرت سے برتی جاتی ہے۔ ترکیب استعمال: صبح یا رات کو سوتے وقت ایک ماشے یہ دوا عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۴؍
تریاق باہ مغز السلاطین والا	مغلظ منی ہے، مرض جریان میں مفید ثابت ہوا ہے، محرک باہ ہے، ممسک ومقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ اس تریاق کی ایک بڑی خوبی یہ ہے کہ اس میں نشہ کرنے والی کوئی دوا شامل نہیں ہے۔ ترکیب استعمال: ۳ ماشے یہ تریاق کھانے کے بعد اوپر سے گائے کا دودھ پاؤ سیر پی لیں۔	فی تولہ ۸؍
تریاق نزلہ	نزلے کو روکتا ہے، اور کھانسی کے لئے مفید ہے۔ اگر اسے عرصہ تک استعمال کیا جائے تو نزلے کی دائمی شکایت جاتی رہتی ہے۔ ترکیب استعمال صبح یا رات کو سوتے وقت ایک تولے استعمال کرنا چاہیئے۔ ترش اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ بدرقہ مناسبہ گاؤزبان کا عرق ۱۲ تولے۔	فی تولہ ۱؍
جوارش آملہ	معدے اور دل کو قوت دیتی اور دل اور جگر کی زائد حرارت کو کم کرتی ہے، اختلاج اور تبخیر کو مفید ہے، صفراوی دستوں کو روکتی ہے، اور دماغ کے لئے بھی نہایت قوت بخش ہے۔ ترکیب استعمال: ۷ ماشے یہ جوارش صبح کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولے یا ہمراہ آب تازہ کھائیں اور بادی وترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱؍

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
جوارش بسباسہ	بدہضمی و معدے کی سردی کو دور کرتی ہے اور بادی بواسیر کا استیصال کرتی ہے، پیٹ کو بڑھنے نہیں دیتی. کھانا کھانے کے بعد اس کا استعمال غذا کو اچھی طرح ہضم کرنے میں مددگار ہوتا ہے۔ نفخ نہیں ہونے دیتی، ریاحی درد کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال: صبح کو یا دونوں وقت غذا کے بعد، ماشے یہ جوارش استعمال کریں، بادی اور ترش اشیا سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱/
جوارش انارین	معدے اور جگر کو تقویت دیتی ہے اشتہا (بھوک) پیدا کرتی ہے اور حرارت کو تسکین دیتی ہے۔ ترکیب استعمال: ۹ ماشے یہ جوارش صبح یا جس وقت ضرورت ہو پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہیئے۔	فی تولہ ۱/
جوارش جالینوس ۹۰	معدے کو قوت دیتی ہے، کمر کے درد کو زائل کرتی ہے، قوت باہ میں اضافہ کرتی ہے، گندہ دہنی اور ریاح کو دور کرتی ہے، پیشاب جو سردی سے آتا ہو روکتی ہے۔ بادی بواسیر اور گردے و مثانے کی ریگ کو دفع کرتی ہے، اشتہا پیدا کرتی ہے، قبض کو رفع کرتی ہے۔ بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔ دردِ سر اور بلغمی کھانسی کو نافع ہے۔ حکیم جالینوس کا مجوزہ نسخہ ہے۔ ترکیب استعمال، ۹ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۱۲ تولے کے ساتھ یا قدرے پانی کے ساتھ استعمال کریں، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱۰/
جوارش زرعونی سادہ	گردے اور جگر کو قوت دیتی اور مادۂ تولید کو بڑھاتی ہے، باہ کو قوت دیتی اور کمزوری کو زائل کرتی ہے۔ ترکیب استعمال، ماشے یہ جوارش. صبح کے وقت عرق بادیان، تولے، عرق گذر ۵ تولے، یا صرف عرق انناس ۵ تولے، یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ یا قدرے پانی کے ساتھ استعمال کی جائے۔ بادی اور ترش اشیائے سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
جوارش زرعونی عنبری بنسخہ کلاں	گردے، مثانے، جگر اور دماغ کو تقویت دیتی ہے، پشت کو مضبوط کرتی اور معدے کی اصلاح کرتی ہے۔ بلغمی وسوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب، دردسر، بلغمی کھانسی ونقرس وغیرہ امراض کے لئے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے، ریاح کو دور کرتی ہے، مادۂ تولید میں اضافہ کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہے۔ بالوں کی سیاہی کو قائم رکھتی ہے ترکیب استعمال آلاتِ تولید اور گردے ومثانے کو قوت دینے کے واسطے ۵ ماشے جوارش کشتۂ فولاد ۲ چاول کے ساتھ استعمال کریں، اگر گردے کے ضعف سے ریگ آتی ہو، یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ ماشے کشتۂ زمرد ۲ چاول اور عرق انناس ۸ تولے، شربت بزوری ۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔ (نوٹ) اس جوارش کو صرف کشتۂ فولاد یا صرف کشتۂ زمرد یا صرف جوارش بھی استعمال کرسکتے ہیں۔	فی تولہ ۶/
جوارش سفرجلی مسہل	درد قولنج کو زائل کرتی ہے، بھوک لگاتی ہے۔ معدے کو قوت دیتی ہے، وست آور ہے، اور دستوں کے ذریعے فاسد اور خراب مادے کو خارج کرکے معدے اور امعاء کو پاک کرتی ہے۔ جگر کی حرارت کو کم کرتی ہے۔ ترکیب استعمال: صبح یا رات کو سوتے وقت ایک تولے عرق بادیان یا نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔ نالفی چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱/
جوارش عود ترش	معدے کو قوت دیتی ہے، اشتہا پیدا کرتی ہے، غذا کے ہضم ہونے میں مدد دیتی ہے، رطوبت اور بلغم کو تحلیل کرتی ہے، بھوک لگاتی ہے صفرا کی زیادتی سے جو خرابیاں پیدا ہوجاتی ہیں، ان کے لئے بالخصوص مفید ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے صبح کو یہ جوارش تنہا بغیر کسی دوا کے یا دوسری مناسب ادویات کے ساتھ استعمال کریں۔ بادی اور ترشی کا پرہیز۔	فی تولہ ۱/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
جوارش کمونی ملین	معدے کو قوت دیتی ہے، قبض کو دور کرتی ہے، اشتہا کو ترقی دیتی ہے ترکیب استعمال: ۹ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۱۰ تولے کے ساتھ یا تنہا ویسے ہی استعمال کی جاتی ہے، بادی و ترشی کا پرہیز۔	فی تولہ ۱/
جوارش کمونی کبیر	معدے کی خرابی اور کمزوری کو دور کرتی ہے، بھوک پیدا کرتی ہے، اور کھانا خوب ہضم کرتی ہے، نہایت مفید و مجرب دوا ہے۔ ترکیب استعمال: ۷ ماشے یہ جوارش عرق بادیان ۱۲ تولے یا قدرے پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔ بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز	فی تولہ ۱/
جوارش مستگی کمونی	معدے کی سردی اور سوء ہضم اور کھٹی ڈکاروں کو دور کرتی ہے، اور بخار کو جو معدے کی خرابی سے ہو، زائل کرتی ہے۔ رطوبت کو خشک کرتی ہے، معدے کو پاک و صاف رکھتی ہے، قبض کو رفع کرتی ہے، ہچکی اور شہوت کلبی کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال ۷ ماشے سے ایک تولے تک صبح کو عرق بادیان ۶ تولے، عرق عنب الثعلب ۶ تولے، یا اور مناسب ادویہ کے ساتھ، یا صرف پانی کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے۔ ٹھنڈی، مرطوب اور بادی چیزیں نہ کھائیں۔ ہلکی غذا کھائیں مگر بھوک سے کم۔	فی تولہ ۱/
جوارش مصطگی	معدے و جگر کی سردی کو دور کرتی ہے، منہ سے پانی بہنے، پیشاب کی کثرت اور دستوں کو روک دیتی ہے، خفقان کو دور کرتی اور ضعف باہ کے لئے مفید ہے۔ ترکیب استعمال: ایک تولے یہ جوارش صبح کو ہمراہ عرق بادیان یا صرف پانی کے ساتھ استعمال کی جائے۔ مرطوب نفاخ اور دیر ہضم اور ثقیل غذاؤں سے پرہیز	فی تولہ ۱۰/
جوہری	سوداوی امراض مثلاً آتشک و گٹھیا وغیرہ کے لئے ایک نہایت ہی کامیاب اور نفیس دوا ہے۔ آتشک خواہ نیا ہو یا پرانا دونوں کے لئے بہت مفید ہے۔ رعشہ، فالج، وغیرہ آتشک کے نتائج سے محفوظ رکھتی	فی کیپشل ۲/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
[illegible]	ہے۔ ترکیب استعمال: کیپ شول میں یہ دوا محفوظ ہے اس کو احتیاط سے پانی سے نگل لیا جائے تاکہ دوا کا اثر منہ میں نہ ہو سکے۔ غذا میں مکھن، دودھ، وغیرہ کا استعمال حسب برداشت کریں۔	فی کیپ شول ۲ر
جواہر [illegible]	سوداوی امراض آتشک وگٹھیا، عرق النسا وغیرہ امراض کے لئے اکسیر ہے۔ اختلاج قلب وتوحش کے لئے جو سوداوی بخارات سے فائدہ مند ہے۔ پرانے سوزاک میں بمشورۂ طبیب اس کا استعمال نمایاں فوائد رکھتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ دوا مویز منقے میں رکھ کر اس کو چاروں طرف سے بند کرکے اس طرح نگلیں کہ دانتوں کو بالکل نہ لگے گھی وغیرہ خوب کھائیں پئیں۔	فی ماشہ عہ ر
جواہر مہرہ	اعضائے رئیسہ، دل ودماغ کو نہایت قوت دیتا ہے، حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے۔ امراض کے بعد جو کمزوری رہ جاتی ہے، اس کو زائل کرکے اصلی قوت بخشتا ہے۔ طب یونانی کی کامیاب دواؤں میں سے ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ جواہر مہرہ خمیرہ گاؤزبان ایک تولے، یا دوا المسک معتدل جواہر والی ۵ ماشے میں ملا کر استعمال کرنا چاہئے۔	فی ماشہ للعہ ر
حب نشاط	یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی مقوی وممسک ہیں، سرعت کو دور کرتی ہیں، کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں، جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویہ کرتی ہیں۔ کوئی نشے کی چیز اس کا جزو نہیں، اپنے مطلب کی اعلیٰ درجہ کی دوا ہے۔ سرعت کی شکایت کو رفع کرتی ہیں، تفریح ولذت کا سامان بھی ہے۔ جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں۔ ایک ہی تجربہ اس کی خوبیوں کو ظاہر کر دے گا، بازاری ممسک دواؤں میں نہ معلوم کیا کیا شامل ہوتا ہے۔ لیکن نشے کی چیزیں ہر حالت میں برا اور خراب اثر دکھاتی ہیں، حب نشاط اس سقم سے پاک ہے، ممسک ادویات کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں، ان کے	فی درجن ۸ ر

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی درجن عہ ر	لئے بے ضرر اور مفید دوا ہے۔ ترکیب استعمال، وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	نشاط
فی تولہ ۲ر	خرابی ہضم اور درد شکم کے لئے بہت مفید ہے ہیضہ کے دنوں میں اس کا استعمال زہریلے اثرات سے بچاتا ہے۔ ترکیب استعمال کھانا کھانے کے بعد یا بوقت ضرورت اس کی دو گولیاں کھائی جاتی ہیں۔	حب پپیتہ
فی درجن عہ ر	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے، حرارت غریزی کی حفاظت کرتی ہے اور بیماری کے بعد جو کمزوری باقی رہ جاتی ہے اس کو دور کرتی ہے۔ ترکیب استعمال ایک گولی دوا، المسک معتدل ۵ ماشے یا خمیرہ گاؤزبان ایک تولے میں ملا کر کھائیں۔	حب جواہر
فی تولہ ۲ر	مرگی، پرانے دردسر، اور امراض چشم میں فائدہ دیتی ہیں، دماغ کو فضلات سے پاک کرتی ہے اور دماغ کے تنقیہ کے لئے خاص طور پر فائدہ مند ثابت ہوتی ہیں۔ ترکیب استعمال: جب چار گھڑی رات باقی ہو اس وقت ۳ ماشے سے ۹ ماشے تک یہ گولیاں ورق نقرہ میں لپیٹ کر گاؤزبان کے عرق ۲، تولے کے ساتھ کھا کر سو رہیں اور صبح کو مسہل پی لیں، تیسرے پہر کو مونگ کی دال کی کھچڑی کھائیں۔ (نوٹ) یہ گولیاں طبیب کی رائے سے استعمال کریں۔	حب ایارج
فی درجن ۱۲ر	یہ گولیاں پیچش کے لئے نہایت مفید ہیں، درد اور مروڑ کو بہت جلد افاقہ ہو جاتا ہے، گولی کے استعمال کے ایک گھنٹے بعد آرام ہونا شروع ہو جاتا ہے، اور اکثر دوسری گولی کھانے کی نوبت نہیں آتی ایسی چیزیں احتیاطاً ہر گھر میں رہنی چاہئیں۔ ترکیب استعمال: ایک گولی سوتے وقت یا جس وقت ضرورت ہو تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔	حب پیچش

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب شبیتی	تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں، اگر آنتوں میں شدّے ہوں تو پہلے روغن ارنڈی سے قبض رفع کریں. گولی کے استعمال سے ایک گھنٹے بعد تک کسی قسم کی حرکت نہ کرے ۔	فی درجن ۱۲ر
حب جدوار	یہ گولیاں باہ کو قوت دیتی ہیں، سرور ونشاط پیدا کرتی ہیں، دماغ کو قوت دیتی ہیں، جریان میں بھی نافع ہیں، اور سرعت ورقت کے لئے مفید ہیں، اور افیون کی عادت کو چھڑاتی ہیں، کھانسی اور نزلے کو روکتی ہیں ۔ ترکیب استعمال: ایک گولی یا دو گولیاں صبح یا رات کو سوتے وقت خمیرۂ گاؤزبان ایک تولے یا گاؤزبان کا عرق ۱۲ تولے، یا رات کو سوتے وقت گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں. ترش اور بادی چیزیں نہ کھائیں ۔	فی تولہ عہ
حب مسک	یہ گولیاں قوت باہ کے لئے اکسیر ہیں، استعمال کے دو گھنٹے بعد لغوظ سے بے تاب کر دیتی ہیں، نہایت بیش قیمت اجزاء مشک، عنبر، یاقوت، مروارید وغیرہ سے تیار کی جاتی ہیں، اسی وجہ سے ان کی قیمت زیادہ ہے ۔ ترکیب استعمال: ایک گولی صبح کو یا رات کو آدھ سیر تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کی جاتی ہے ۔	فی درجن عـہ فی گولی عہ ر
حب سرفہ خاص	خشک کھانسی کو جس میں قے ہو جاتی ہے نہایت مفید ہیں، نزلے کو روکتی ہیں، گلے کی خراش کو دور کرتی ہیں ۔ نزلے کی شدت سے جو خفیف حرارت محسوس ہوتی ہے اس کو جلد دور کرتی ہیں ترکیب استعمال: کھانسی کے وقت بچوں کو ایک گولی اور بڑوں کو ۴ گولیاں تک دی جاتی ہیں ۔ ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز ۔	فی تولہ ۸ر
حب برنج	یہ گولیاں آشوب چشم کو دور کرتی ہیں، آنکھوں کی سرخی کو کاٹتی ہیں، درد کو تسکین دیتی اور مواد کو کاٹتی ہیں ۔ ترکیب استعمال: ایک گولی پانی میں گھس کر آنکھوں کے پپوٹوں پر نیم گرم صبح، دوپہر اور شام کو لیپ کریں ۔	فی درجن ۳ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب حمل	بانجھ عورت کے لئے نہایت مفید ہیں، خدا کے فضل سے عورتوں کی اس شکایت کو دور کرتی ہیں اور فرزند نرینہ کی خوش خبری دیتی، اوران خرابیوں کو جن کے سبب اولاد پیدا نہیں ہوتی دور کر دیتی ہیں ترکیب استعمال: ہر مہینہ ایام ماہواری کے بعد ایک گولی مرچ ۱ ماشے کے ساتھ ۳ روز متواتر صبح و شام استعمال کریں۔	فی درجن ۱۲ر
حب پچکاری سوزاک	یہ گولیاں سوزاک کے لئے نہایت مفید ہیں، نئے سوزاک کو ایک روز میں اور پرانے سوزاک کو جس میں کیسا ہی قرحہ پڑ گیا ہو، تین روز میں نیست و نابود کر دیتی ہیں، پیپ یا خون کی آمد بالکل بند ہو جاتی ہے۔ ترکیب استعمال: ایک گولی صبح کو ایک گولی شام کو ۵ تولے چھاچھ میں گھول کر پچکاری کی جاتی ہے (نوٹ) گولیوں کے ساتھ ہی پچکاری دی جاتی ہے۔	فی شیشی عمر
حب آوازکشا	آواز بستہ کو صاف کرتی ہیں، نہایت مفید ہیں۔ ترکیب استعمال ایک گولی صبح و شام منہ میں رکھ کر گھلائیں۔	فی درجن ۱ر
حب بینا	آنکھوں کے لئے نہایت مفید ہیں، آنکھوں کے درد، سرخی، میل وغیرہ کو دور کرتی ہیں اور آنکھ کے مواد کو تحلیل کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ایک گولی خش خاش کے پوست کے پانی میں گھس کر پپوٹوں پر لیپ کریں۔	فی درجن سہر
حب ضیق النفس	دمے کے لئے نہایت مفید ہیں ضیق النفس کے دورے کو روک دیتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ایک گولی رات کو سوتے وقت گاؤزبان کا عرق ۲ تولے کے ساتھ یا صرف ایک گولی تنہا ہی استعمال کی جائے، ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی درجن ۳ر
حب [illegible]	نہایت اعلیٰ درجے کی ممسک اور مقوی باہ اور بہت ہی خوش کیف ہے۔ ترکیب استعمال: ایک گولی مباشرت سے دو گھنٹے پیشتر غذا ہضم ہونے کے بعد پاؤ سیر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن [illegible]

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب ممسک عنبری	یہ گولیاں اعلیٰ درجے کی ممسک ہیں، سرعت انزال کی شکایت رفع کرنے میں بے نظیر ثابت ہوتی ہیں۔ **ترکیب استعمال**: ایک گولی مباشرت سے ۲ گھنٹے پیشتر غذا ہضم ہو جانے کے بعد پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن ۱۲/
حب عنبر مومیائی	تقویت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں، نوجوانی کی غلط کاری سے اعضائے تناسل اور اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر کمزوری کی مخفی شکایتوں کو دور کرتی ہیں۔ مباشرت کے بعد ان کا استعمال بہت مفید ہے، قوت میں کمی نہیں ہونے دیتیں، ان کے استعمال کے بعد قوت عود کر آتی ہے۔ **ترکیب استعمال**: رات کو سوتے وقت دو گولیاں پاؤ بھر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	فی درجن عہ/
حب بواسیر بادی	یہ گولیاں بادی بواسیر کے لئے نہایت مفید ہیں، سوزش کو رفع کرتی ہیں، مسوں کو خشک کرتی ہیں۔ **ترکیب استعمال**: ۲ گولیاں تازہ پانی کے ساتھ کھائی جاتی ہیں مسوں پر ضماد بواسیر لگائیں۔	فی درجن ۳/
حب بواسیر خونی	یہ گولیاں خونی بواسیر کے لئے بہت مفید ہیں۔ **ترکیب استعمال**: ۲ گولیاں صبح کو تازہ پانی کے ساتھ کھائی جاتی ہیں۔	فی درجن ۳/
حب [illegible]	یہ گولیاں امراض سوداوی کو دور کرتی ہیں، آتشک کو زائل کر دیتی ہیں، اور تنقیہ کے بعد بہت فائدہ دیتی ہیں، اور وجع المفاصل کو جو آتشک کی وجہ سے ہو دور کر دیتی ہیں، اور سوداوی دستوں کو روکتی ہیں، اپنے کام کی عجیب و غریب گولیاں ہیں۔ **ترکیب استعمال**: ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کو پانی کے ساتھ حلق سے اتار لیں، دوا کے استعمال تک مونگ کی دال اور کدوئے دراز نہ کھائیں، باقی اور کسی چیز کا چنداں پرہیز نہیں۔	فی درجن ۶/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب کبد نوشادری	امراض جگر کے لئے نہایت مفید ہیں، جگر کی سختی اور جگر بڑھ جانے اور زیادتی بلغم سے جگر کے عروق مجازی میں جو سدّے پڑ جاتے ہیں اُن کو دور کر دیتی ہیں، قبض اور گرانی شکم کو دفع کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال، ۲ گولیاں دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں، دیر ہضم غذاء اور گرم اشیاء نہ کھائیں۔	فی درجن ۱ر
حب مرواریدی	یہ گولیاں عورتوں کے لئے نہایت مفید ہیں، عورتوں کی ان مخصوص اور پوشیدہ شکایتوں کو دور کرتی ہیں، جو ان کی تندرستی اور قوت کو آہستہ آہستہ بالکل خراب کر دیتی ہیں، اور جوانی میں بڑھاپے کی حالت پیدا کر دیتی ہیں۔ رحم سے سفید رطوبت کا جاری رہنا، جریان منی وغیرہ ان شکایتوں کے نام ہیں۔ ان کے جو نتیجے کچھ عرصے کے بعد ظاہر ہوتے ہیں وہ دردانگیز ہیں۔ سفید رطوبت جو رحم سے جاتی ہے، وہ عورت کو نہایت کمزور کر دیتی ہے۔ یہ گولیاں اس کو دور کرتی ہیں سیلان کو روکتی ہیں، جریان کو کھوتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ایک ایک گولی صبح اور شام عرق عنبرہ تولے کے ساتھ یا دودھ کے ساتھ استعمال کی جائے۔ گرم، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز۔	فی درجن ۱۲ر
حب عروس	یہ گولیاں عورتوں کے رحم کی رطوبت خشک کر کے تنگی پیدا کرنے میں بے نظیر ثابت ہوئی ہیں۔ ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت ایک گولی اندام نہانی میں رکھ دی جائے اور صبح کو علیحدہ کر دی جائے۔	فی درجن ۶ر
حب اعظم	یہ گولیاں مردانہ قوت کو قائم رکھتی ہیں، اور ضعف باہ کو دور کرنے میں عجیب الاثر ہیں، جوانی کی بے اعتدالیوں یا پیرانہ سالی کی وجہ سے جو کمزوری ہو جاتی ہے اس کو دور کرتی ہیں۔ ترکیب استعمال: جوان آدمی ایک ہفتے تک نصف گولی مکھن یا دودھ کے ساتھ استعمال کریں، اس کے بعد ایک گولی تک استعمال کر	فی درجن عمر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
حب احم	سکتے ہیں۔ بوڑھے آدمی اول ہی میں ایک گولی استعمال کریں، ترشی و بادی اور مجامعت سے دوران استعمال پرہیز کیا جائے۔ عام طور پر موسم سرما میں اس کا استعمال مناسب ہے۔ موسم گرما میں گرم مقامات پر اس کے استعمال کی اجازت نہیں۔	فی درجن عمر
حب طرز	یہ گولیاں لذت کی نہایت عمدہ بہترین اور بے ضرر دوا ہیں، طرفین پر یکساں اثر کرتی ہیں۔ اور بہت ہی کیفیت دیتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ایک گولی چنبیلی کے تیل میں گھس کر وقت سے تھوڑی دیر پہلے سر عضو پر لیپ کریں۔	فی درجن ۱۲ر
حلوائے ثعلب	باہ کو ترقی دیتا ہے، درد کو رفع کرتا ہے، سیلان منی اور سستی کو دفع کرتا ہے، چہرے کو سرخ کرتا ہے، بدن کو قوی و فربہ کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: صبح کو ایک تولے کھا کر اوپر سے گائے کا دودھ پاؤ سیر پی لیں۔ ترش اور بادی اشیا سے پرہیز۔	فی سیر صہ ر
حب حمی	یہ گولیاں بخار کو خواہ کیسا ہی پُرانا کیوں نہ ہو بیخ و بُن سے کھو دیتی ہیں، بارہا کی مجرب و آزمودہ ہیں۔ ترکیب استعمال: ۲ گولیاں سرد پانی کے ساتھ بخار نہ ہونے کی حالت میں استعمال کی جائیں۔	فی شیشی عہ ر
حب خاص	ضعف باہ کی ایک مخصوص چیز ہے، بدن کو قوت دیتی ہے، اور اعضائے رئیسہ کو قوی بناتی ہیں، ان کے چند روزہ استعمال سے پٹھوں میں حرکت اور قوت آجاتی ہے۔ دماغی ضعف دور ہو کر سستی دور ہو جاتی ہے، بھوک خوب لگاتی ہیں، خون کی پیدائش بڑھاتی ہیں، ان کے چند روزہ استعمال سے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں ہمدرد دواخانہ کثیر مقدار میں ان گولیوں کو تیار کرتا ہے اور ہاتھوں ہاتھ فروخت ہو جاتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ایک گولی صبح کے وقت پاؤ سیر دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔	فی درجن ہے

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، خیالات فاسد اور خفقان کو نافع ہے، امراض سوداوی کو مفید ہے، بیماری کے بعد جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے، اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۳ ماشے سے ۵ ماشے تک یہ خمیرہ صبح کے وقت عرق گاؤزبان ۵ تولے، عرق گذرہ ۵ تولے، یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ، یا صرف خمیرہ ہی استعمال کیا جاتا ہے، بادی اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۱۲/
خمیرہ ابریشم شیرہ عناب والا	وحشت اور خفقان کو دور کرتا ہے، قوت باصرہ (بینائی) کو ترقی دیتا ہے، حافظے کو تیز کرتا ہے، معدے کو قوی کرکے ہاضمے کو بڑھاتا ہے نیز سل ودق اور کالی کھانسی میں نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے یہ خمیرہ صبح کو عرق گاؤزبان ۱۲ تولے کے ساتھ یا صرف خمیرہ استعمال کیا جاتا ہے۔	فی تولہ ۸/
خمیرہ گاؤزبان سادہ	دل، دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے۔ وسواس، خفقان، اور مالیخولیا کے لئے نہایت مفید ہے۔ ترکیب استعمال: صبح کے وقت ایک تولے یہ خمیرہ چاندی کے ورق میں لپیٹ کر کھائیں۔	فی سیر عہ/
خمیرہ گاؤزبان عنبری	دل، دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کو لئے طب یونانی کا زندہ معجزہ ہے۔ ترکیب استعمال: صبح کے وقت ۶ ماشے یہ خمیرہ استعمال کریں، اور کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ ۲/
خمیرہ گاؤزبان عنبری خاص	اعضائے رئیسہ اور دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، بصارت کو قائم رکھتا ہے، اور حافظے کو ترقی دیتا ہے، ہر قسم کی کمزوری کو زائل کرتا ہے، رُوح پر اس کا اثر بہت جلد محسوس ہوتا ہے، ترکیب استعمال: ۵ ماشے یہ خمیرہ عرق گذرہ ۵ تولے، شربت انار ترش	فی تولہ ۸/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	۲ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔	
خمیرہ گاؤزبان عنبری جدوار عود صلیب والا	عام کمزوری کو زائل کرتا ہے، اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے اعصاب کے ضعف کو دور کرتا ہے، حافظہ کو بہت مفید ہے، زیادہ عرصے تک بیمار رہنے سے جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اس کو زائل کر دیتا ہے مرگی رعشہ، لقوہ، اور فالج کے اثرات کا ازالہ کرتا ہے۔ بچوں کے مرض اُمّ الصبیان اور عورتوں کی بیماری اختناق میں بہت ہی فائدہ مند ہے، ترکیب استعمال: ۳ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ خمیرہ کشتہ مرجان ۲ چاول، عرق گاؤزبان ۷ تولے، عرق گذر ۵ تولے، شربت ابریشم سادہ ۲ تولے کے ساتھ، یا صرف کشتہ مرجان جواہر والا کے ساتھ، یا صرف خمیرہ تنہا بھی استعمال کر سکتے ہیں۔	فی تولہ ۶ر
خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، دماغی کام کرنے والوں کے واسطے نہایت مفید ہے۔ دماغ کو روشن اور شگفتہ رکھتا ہے۔ اور محنت کی زیادتی سے اس کو کمزور نہیں ہونے دیتا، بینائی اور حافظے کو ترقی دیتا ہے، خیالاتِ فاسدہ کو دور کرتا ہے، تفریح پیدا کرتا ہے، دماغ کی خشکی دفع کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ خمیرہ کشتہ مرجان [illegible] یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں۔ تنہا صرف خمیرہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۴ر
خمیرہ مروارید	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، خفقان اور گھبراہٹ کو دور کرتا ہے موتی جھرہ۔ اور چیچک میں بھی دل کی گھبراہٹ کے لئے دیا جاتا ہے ترکیب استعمال: صبح اور شام کے وقت ۳ ماشے سے ۶ ماشے تک یہ خمیرہ استعمال کرنا چاہیئے۔	فی تولہ ۴ر
خمیرہ	دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے۔ بہت سا خون نکل جانے یا دستوں کی وجہ سے جو کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اس کو اور ہر قسم کی کمزوریوں کو	

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
خمیرہ مروارید بنسخۂ کلاں	دُور کرتا ہے، ضعف قلب اور خفقان میں بہت مفید ہے، موتی جھرہ، اور چیچک میں جو گھبراہٹ اور دل پر گرمی ہوتی ہے، اسے زائل کرتا ہے، سچے موتی اور جواہرات اور ورق طلاء جیسے قیمتی اجزا سے بنایا جاتا ہے، اعلیٰ درجے کی چیز ہے، اس کا مزاج معتدل ہے ترکیب استعمال: ۳ ماشے سے ۴ ماشے تک یہ خمیرہ صبح و شام کو استعمال کرنا چاہئے۔	فی تولہ ۱۰/
خمیرہ مروارید	خفقان، وحشت، مالیخولیا ا دور کرتا ہے تقویت قلب میں مدد دیتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۳ ماشے صبح اور ۳ ماشے سہ پہر کو استعمال کریں، بادی اور گرم چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۸/
[illegible]	تجربہ شاہد ہے کہ طالب علم، وکیل، مصنف، اور دیگر دماغی کام کرنے والے اکثر نزلہ، زکام، کمزوری دماغ وغیرہ شکایات میں مبتلا رہتے ہیں، اور عام اشخاص بھی بے احتیاطی کی وجہ سے اکثر ان امراض کا شکار نظر آتے ہیں، ان اشخاص کے لئے یہ عجیب وغریب بے خطا دوا بنائی گئی ہے۔ اس دوا کے بہترین فوائد کو دیکھ کر یونانی طبیبوں کا ہمہ گیری کا اعتراف کرنا پڑتا ہے۔ کیسا ہی پُرانا نزلہ، زکام ہو اس کے استعمال سے اس کا قلع قمع ہو جاتا ہے۔ طُرّہ یہ ہے کہ یہ دوا اعلیٰ درجے کی مقوی دماغ بھی ہے۔ ضعف اعصاب کو دور کرتی اور بھوک لگاتی ہے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ ان مہلک امراض سے رہائی حاصل کریں تو آپ کو دنیا بھر میں اس سے بہتر دوا نہیں مل سکے گی۔ اس کی قدر آپ استعمال کے بعد ہی کر سکتے ہیں۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے یہ خمیرہ صبح کو یا رات کو سوتے وقت استعمال کریں، ترش، ثقیل اور زیادہ سرد اشیاء سے پرہیز کریں۔	فی شیشی دس خوراک ۱۲/
[illegible]	ہر قسم کے جنون اور پاگل پن کے لئے دنیا میں بہترین دوا ہے، اس	

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
دواء الشفاء	کے بے نظیر فوائد کو عام طور پر تسلیم کیا گیا ہے۔ جنون کے عوارض میں بہت جلد تخفیف ہو جاتی ہے۔ جنون جو اختناق الرحم (باؤگولے) کی وجہ سے ہو اس کے لئے عجیب و غریب چیز ہے۔ اس کی استعمال کی مدت مرض کی نوعیت کے لحاظ سے مختلف ہے لیکن عام طور پر زیادہ سے زیادہ ۴۰ روز کا استعمال پورے فائدے کے لئے کافی ہے ترکیب استعمال: ایک قرص صبح کو شربت راحت روح ۴ تولے کے ساتھ استعمال کریں۔ اگر شربت نہ ملے تو صرف پانی کے ساتھ کھائیں،	فی درجن ۱۲/
دوائے جریان صبا	جریان کے لئے نہایت ہی مفید دوا ہے خصوصاً اس جریان میں جس کا سبب رطوبت کی کثرت ہو، قبض کو دفع کرتی ہے۔ ترکیب استعمال: ایک رتی یہ دوا ایک تولے بالائی میں ملا کر صبح کو استعمال کریں، لال مرچ اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی ماشہ ۳/
دواء المسک حار جواہر والی	خفقان اور وحشت کو بہت جلد روک دیتی ہے اور رُوح کو فوراً قوت پہونچاتی ہے، اعضائے رئیسہ کو قوی کرتی ہے اور خیالات فاسدہ اور دل کی گرمی کو دور کرتی ہے۔ دل کو فرحت دیتی ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے یہ دوا عرق گذر ۷ تولے۔ عرق عنبر ۲ تولے کے ساتھ یا تنہا صرف دوا ہی استعمال کریں۔	فی تولہ ۸/
دواء المسک بارد جواہر والی	رُوح، قلب اور دماغ کو قوت دیتی ہے، وحشت اور مالیخولیا اور امراض باردہ مثلاً فالج، لقوہ، اور رعشہ کے لئے مفید ہے۔ معدے کی کمزوری کو دور کر دیتی ہے، اور معدے کی رطوبات کو تحلیل کرتی ہے نہایت مفید اور زود اثر دوا ہے۔ ترکیب استعمال: ۵ ماشے دواء المسک، عرق بادیان ۵ تولے، عرق گذر سادہ ۵ تولے، عرق عنبر ۳ تولے، نبات سفید ۳ تولے کے ساتھ استعمال کی جائے۔ بلا کسی بدرقے کے بھی یہ دوا استعمال کی جا سکتی ہے۔ کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۸/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
دواءالمسک معتدل جواہر والی	سوداوی خفقان اور مالیخولیا کے لئے مفید ہے۔ دل، جگر اور معدہ کو قوت دیتی ہے، سوداوی بخارات کو تحلیل کرتی ہے قیمتی فوائد رکھتی ہے بیماری کے بعد جو کمزوری ہوتی ہے اس کو جلد رفع کرتی ہے۔ ترکیب استعمال: یہ دوا ۳ ماشے سے ۷ ماشے تک صبح کو مناسب بدرقے کے ساتھ استعمال کی جائے۔ مندرجہ ذیل ادویہ کے ساتھ استعمال کریں تو زیادہ مفید ہوتی ہے: عرق عنبر ۴ تولے، عرق گذر ۴ تولے، عرق بادیان ۴ تولے، مصری ۲ تولے،	فی تولہ ۶ر
دوائے خاص	مستورات کی ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتی ہے، خون حیض کی کثرت کو جس کا بند ہونا بعض اوقات سخت مشکل ہو جاتا ہے۔ اس دوا کی صرف چار خوراکیں بند کردیتی ہیں۔ ترکیب استعمال: ۳ ماشے یہ دوا صبح و شام پاؤ سیر دودھ یا پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔	فی تولہ ۲ر
دوائے مالش	یہ دوا ان لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے اپنے ہاتھوں آپ تباہ ہو چکے ہیں، دوائے مالش رگوں، پٹھوں کی جملہ خرابیوں کو زائل کرکے پوری قوت پہونچاتی ہے، اپنے کام کی بہت ہی مفید و مجرب دوا ہے۔ ترکیب استعمال: کنج ران جسے چدھا بھی کہتے ہیں، اور عضو کے چاروں طرف ہلکے ہاتھ سے نیم گرم مالش اچھی طرح کریں، بہتر یہ ہے کہ اس کے استعمال کے بعد کوئی طلا بھی ضرور استعمال کریں۔	فی تولہ عہ
دوائے تکور	اس دوا کے بھی وہی فوائد ہیں جو دوائے مالش کے ہیں، اگر دونوں یکے بعد دیگرے استعمال ہوں تو فائدہ بہت جلد ظہور میں آتا ہے۔ ترکیب استعمال: یہ دوا ایک تولے کپڑے میں باندھ کر پوٹلی بنائیں اور تل کے گرم تیل ۲ تولے میں پوٹلی گرم کرکے عضو پر تکور کریں یہ عمل ۱۵ منٹ تک جاری رہنا چاہیئے۔	فی ڈبیہ ۱۲ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
دوائے ٹکور	نوٹ: بہتر یہ ہے کہ دوائے مالش ایک ہفتے تک استعمال کی جائے اس کے بعد دوائے ٹکور ایک ہفتے تک استعمال کی جائے، اور اگر زیادہ ضرورت محسوس ہو تو طلائے کیمیا تاثیر جو اسی فہرست میں درج ہے تیسرے ہفتہ سے شروع کردیں۔ اس دوران میں اگر کوئی مقوی دوا استعمال کی جائے تو سونے پر سہاگہ ہے۔	۷ یوم کی دوا ۱۲ر
روح عنبر	آتشک وغیرہ تمام سوداوی امراض میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے اعلےٰ درجے کی مصفیٔ خون ہے، پھوڑے اور پھنسیوں کو بہت جلد خشک کرتی ہے، خاص اہتمام سے تیار کی جاتی ہے۔ **ترکیب استعمال**: ۴ تولے اس روح میں مصری ۲ تولے ڈال کر استعمال کریں۔ بادی اور ترش اشیائے سے پرہیز۔	فی بوتل عہ ر
روغن سوزاک نمبر ۲	یہ روغن نئے اور پرانے سوزاک کے لئے اس قدر مفید ہے کہ بیان سے باہر ہے، سوزاک کو چند ہی روز میں مستقل فائدہ بخشتا ہے، جلن کو رفع کرتا ہے، قرحے کو بھرتا ہے، ہر موسم میں اس کا استعمال بے خطر ہے۔ **ترکیب استعمال**: ایک ماشے یہ روغن بتاشے میں ڈال کر منہ میں رکھیں، اوپر سے شربت بزوری ۴ تولے پانی میں گھول کر پئیں سرخ مرچ اور گرم اشیائے سے پرہیز۔	فی شیشی ۱۲ خوراک عہ ر
روغن بادام شیریں	اعضاء کی خشکی کو رفع کرتا ہے، قبض کو دور کرتا ہے، اور دماغ کو قوت دیتا ہے، نیند لاتا ہے۔ کم خوابی کی شکایت میں نافع ہے، دست لانے میں اعانت کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال**: اگر آنتوں کی خشکی کی وجہ سے قبض ہو تو ۶ ماشے سے ایک تولے تک آدھ پاؤ نیم گرم دودھ کے ساتھ سوتے وقت استعمال کریں، اور تقویت دماغ اور نیند لانے کے لئے دماغ پر مالش کریں۔	فی تولہ ۴ر
روغن کاہو	سر کے درد اور دماغ کی خشکی کو رفع کرتا ہے، بے خوابی کو دور کرتا ہے، اور فوراً نیند لاتا ہے۔ اس کو سر پر ملیں۔	فی تولہ ۸ر

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
روغن [illegible] عصبی	یہ روغن عصبی دردوں کے واسطے بے نظیر بلکہ اکسیر ہے، درد قولنج، ذات الجنب اور گنٹھیا وغیرہ میں نہایت مفید ہے، جلے ہوئے مقام پر لگانے سے فوراً آرام ہوجاتا ہے۔ نیم گرم مالش کی جاتی ہے۔	فی تولہ ۱۲/
روغن سماعت کشا	امراض حارکے بعد کسی تیز مادّے سے حرارت کے باعث سننے میں بھاری پن (ثقل سماعت) پیدا ہوجاتا ہے، اور کم سننا، اونچا سننا، اور کان کا بہنا وغیرہ شکایتیں پیدا ہوجاتی ہیں۔ ان شکایتوں میں یہ روغن بہت مفید ہے۔ ترکیب استعمال، دن میں دو تین مرتبہ اس کے نیم گرم قطرے کان میں ٹپکائیں۔	فی تولہ ۴/
روغن کدو	درد سر حار اور بے خوابی کو جو خشکی کی وجہ سے ہو دور کرتا ہے دماغ کو قوت دیتا ہے نہایت مفید تیل ہے۔ ترکیب استعمال: بہ قدرِ ضرورت سر پر مالش کرنی چاہیئے۔	فی تولہ ۱/
روغن لبوب سبعہ	دماغ کی خشکی کو دور کرتا ہے، میٹھی نیند لاتا ہے، مرض سہر (بے خوابی) جس میں کسی وقت نیند نہیں آتی بہت نافع ہے، ناک کے زخم کو بھرتا ہے۔ ترکیب استعمال: دماغ پر اس کی مالش کرنی چاہیئے اور اچھی طرح سے جذب کردینا چاہیئے، ناک کے زخم کے لئے ۳ قطرے ٹپکائیں۔	فی تولہ ۲/
روغن صندل	یہ روغن پرانے سوزاک کو فائدہ دیتا ہے، قرحے کو بھرتا ہے، اور سوزاک کی جلن کو دور کرتا ہے، نہایت مفید و مجرب ہے۔ ترکیب استعمال: ایک ماشے یہ روغن بتاشے میں رکھ کر منہ میں ڈالیں، اوپر سے شربت بزوری ۲ تولے پئیں۔	فی تولہ عہ/
روغن سورنجان	یہ تیل کمر اور پنڈلیوں کے درد اور وجع المفاصل و نقرس وغیرہ کے لئے بہت مفید و مجرب ثابت ہوا ہے۔ ترکیب استعمال: درد کی جگہ نیم گرم مالش کریں، اور ٹھنڈی ہوا سے مقام ماؤف کو حتی الامکان بچانا چاہیئے۔	فی تولہ ۲/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
روغن ناصور	دنیا بھر میں ناصور کے لئے بہترین دوا ہے، ہزاروں مایوس العلاج مریض اس کے استعمال سے فائدہ اٹھا چکے ہیں بے خطا اور مجرب ہے. ترکیب استعمال: ناصور کو نیم کے پانی یا صابون سے صاف کرکے اس دوا کے تین چار قطرے ٹپکائیں، یا روئی کی بتی میں لگا کر ناصور میں رکھیں۔ (نوٹ) استعمال کے وقت شیشی کو ہلا ضرور لینا چاہیے	فی تولہ ۸/
روغن مقوی	یہ روغن قوت باہ کے لئے ایک عجیب چیز ہے، حیرت انگیز قوت پیدا کرتا ہے، سیروں گھی اور دودھ ہضم کرتا ہے، غذا کو جزو بدن بناتا ہے، اس روغن کو استعمال کرنے سے پہلے اپنا وزن کریجئے اور ۱۵ روز کے بعد پھر اپنا وزن کیجئے، اب دیکھئے آپ کا وزن کتنا بڑھا؟ ہزاروں سست اور لاغر اصحاب اس کے چندروزہ استعمال سے چست اور فربے ہو گئے ہیں بعض اوقات جسم میں غیر معمولی ترقی کی وجہ سے پہچاننے میں تامل ہوتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ رتی سے ۴ رتی تک یہ روغن صبح کو یا رات کو پاؤ سیر دودھ، یا ایک تولے مکھن میں ملا کر استعمال کریں دوران استعمال میں دودھ اور گھی جس قدر ہضم کرسکیں استعمال کریں، ترش اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کریں۔	فی شیشی تین ماشے ۶/ دو روپے
سنون مقوی دندان	دانتوں اور مسوڑوں کو مضبوط کرتا ہے، دانتوں کی ہر قسم کی بیماریوں کو رفع کرتا ہے، مسوڑوں سے خون آنے کو روکتا ہے. مسوڑوں کا گوشت اگر گل بھی گیا ہو تو پھر پیدا کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: سوتے وقت دانتوں پر ملیں، اس کے بعد کلی نہ کریں صبح کو مسواک یا برش سے صاف کردیں۔	فی تولہ ۲/
سفوف [illegible]	کثرت حیض کو روکتا ہے، ایام ماہواری کو باقاعدہ کرتا ہے، رحم کی خراب رطوبت خشک کرتا ہے، جریان اور سیلان رطوبت کو مفید ہے، رحم کی تمام خرابیوں کی اصلاح کرتا ہے، نیز بواسیر کے	۱۵ خوراک ۱۲/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
سفوف فلفل	خون کو روکتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ ماشے صبح کو تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں، بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز۔	۱۵ خوراک ۱۲/
سفوف کشتہ قلعی ودیگر	سوزاک کا قرحہ بھر دیتا ہے، اور اس دیر پا آزار سے نجات دلاتا ہے، جریان کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔ ترکیب استعمال: ایک ماشے پہلے دن، دوسرے دن ڈیڑھ ماشے، تیسرے دن ۲ ماشے، یہ سفوف شربت بزوری ۲ تولے، یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں۔ لال مرچ، گرم اور ترش اشیاء سے پرہیز کرنا چاہئے۔	فی تولہ ۴/
سفوف مغلظ وممسک	رقت اور سرعت انزال کی شکایت کو رفع کرتا ہے، مادۂ تولید کو غلیظ کرتا ہے، نہایت مبہی وممسک ہے، جریان کیسا ہی زیادتی کے ساتھ ہو خدا کے فضل وکرم سے ۲۱ روز میں صحت کلی ہو جاتی ہے۔ ترکیب استعمال: ۶ یا ۷ ماشے یہ سفوف صبح کو پاؤ بھر گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کریں، کھٹی اور بادی چیزوں سے پرہیز	فی ڈبیہ ۲۰ خوراک ۴/
سفوف لا علاج	معدے کو قوت دیتا ہے، بھوک لگاتا ہے، قبض کو رفع کرتا ہے معدہ کے ضعف اور ریاحی درد کو زائل کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۸ رتی یہ سفوف جوارش کمونی ۹ ماشے میں ملا کر استعمال کریں۔ بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز۔	فی تولہ ۱۲/
سفوف شیخ الرئیس	معدے کو قوت دیتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے، ریاح کو تحلیل کرتا ہے۔ ہاضمے کو اچھا کرتا ہے، خون صالح پیدا کرتا ہے، شیخ الرئیس بوعلی سینا نے اس نسخے کو تجویز فرمایا ہے۔ ترکیب استعمال: ۳ ماشے یہ سفوف غذا کے بعد یا جس وقت ضرورت پیش آئے استعمال کرنا چاہئے۔	فی تولہ ۱/
سفوف دندان	ہلتے ہوئے دانتوں کو جما تا ہے بشرطیکہ دانت اپنی جگہ نہ چھوڑ چکے ہوں مسوڑوں کی حفاظت کرتا ہے، دانتوں کی نگہداشت کرتا ہے، اور	فی تولہ ۲/

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ ۲ر	انہیں جلا دیتا ہے، غرض یہ کہ دانتوں کے واسطے ہر اعتبار سے عمدہ چیز ہے۔ ترکیب استعمال: اس منجن کو دانتوں پر مل کر تھوڑی دیر کلی نہ کریں۔ رات کو مل کر سونا زیادہ مفید ہے۔	[illegible]
فی شیشی ۸ر	معدے کو قوت دیتا ہے، جگر کو خاص طور پر تقویت بخشتا ہے، خون صالح بکثرت پیدا کرتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے، قوت جسمانی کو ترقی دیتا ہے، چہرے کو خوشرنگ بناتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ معدے کی کمزوری کی وجہ سے جو دست آتے ہیں ان کو روکتا ہے، نیز طحال اور جگر بڑھ جانے کو بھی مفید ہے۔	شربت فولاد
فی ڈبیہ ۱۱ر	یہ لیپ عورتوں کے پستانوں کے لئے ہے۔ اس کے استعمال سے ڈھیلا پن جاتا رہتا ہے اور وہ باکرہ عورت کے پستانوں کی طرح سخت اور سڈول ہو جاتے ہیں۔ استعمال کرنے میں کوئی دقت نہیں، نہایت مفید بے ضرر اور خوشبودار ضماد ہے۔	ضماد پستان
فی شیشی ۱ے	یہ طلاء ہمدرم دواخانے کی مخصوص چیز ہے۔ اس کے اجزا کو موجودہ میڈیکل سائنس کی روشنی میں ترتیب دیا گیا ہے۔ اس حیثیت سے یہ طلاء اس قدر مفید ہو گیا ہے کہ اس کے متعلق کچھ لکھنا فضول ہے یہ طلاء عضوئے مخصوص کی تمام خرابیوں کو رفع کرکے نہایت قوت پہونچاتا ہے، اس کے اجزاء سریع النفوذ ہیں۔	طلائے [illegible]
فی تولہ ۱ے	اس زمانے میں جہاں تک دیکھا گیا ہے فی صدی نوّے بلکہ پچانوے ابنائے وطن کمزور اور باہ کے شاکی ہیں۔ جس کی وجہ زیادہ تر بچپن کی غلط کاری اور جوانی کی بے عنوانیاں ہوتی ہیں اور پھر غضب یہ ہے کہ شرم کے مارے کسی حاذق طبیب سے رجوع نہیں کرتے، اور دل کی حسرت دل ہی میں لئے ہوئے دنیا سے سفر کر جاتے ہیں لہٰذا ان حضرات کے واسطے جو اپنے آپ کو تباہ کر چکے ہیں اور رفتہ رفتہ مایوس ہو کر موت کو زندگی سے بہتر سمجھنے لگے، یہ طلاء نہایت	طلائے اکسیر [illegible] نمبر ۱

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی تولہ [illegible]	محنت اور جستجو سے تیار کیا گیا ہے۔ فی الواقع یہ کیمیا تاثیر طلاء ہے، اور لطف یہ ہے کہ بالکل بے ضرر ہے۔ نہ اُپا ڑ کرتا ہے نہ سوزش اور نہ بے چینی پیدا ہوتی ہے۔ اگر ۲ ہفتے پابندئ شرائط کے ساتھ اس کا استعمال کیا جائے تو عضو کی کمزوری خواہ کسی سبب سے ہو زائل کر کے ازسرِ نو طاقت اور برانگیختگی پیدا کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۴ رتی سر اور سیون بچا کر مالش کریں، اور اُوپر سے بنگلہ پان یا معمولی پان نیم گرم کر کے کچے سُوت سے باندھیں اور صبح کو کھول دیں۔ سرد پانی سے پرہیز کریں، اور جب تک طلاء کا استعمال رہے جماع سے قطعی پرہیز کریں۔ اگر کچھ دانے نکل آئیں تو طلاء موقوف کر کے چنبیلی کا تیل لگائیں، اور جب آرام ہو جائے تو پھر طلاء کا استعمال شروع کر دیں۔	طلاء کیمیا تاثیر اصلی نمبر ایک
فی گولی [illegible]	عجیب و غریب طلاء ہے، اس کے فوائد کا چرچا عام ہے۔ ہیرے جیسے قیمتی اجزاء سے خاص اہتمام کے ساتھ تیار کیا جاتا ہے عضو مخصوص کی ہر قسم کی خرابی رفع کرنے میں عدیم المثال ہے سست اور بیکار اعصاب ازسرِ نو تازہ ہو جاتے ہیں۔ کجی، لاغری اور کمزوری کو جلد رفع کرتا ہے۔ اس کے صرف چند روزہ استعمال سے مریض غیر معمولی قوت محسوس کرنے لگتا ہے۔ ترکیب استعمال: ایک گولی آٹھواں حصہ روغن چنبیلی میں گھس کر حشفہ اور سیون چھوڑ کر لگائیں، اوپر سے پان باندھیں۔ مجامعت سے پرہیز۔	طلاء الماس
فی شیشی ۶؍	یہ طلاء اُن لوگوں کے لئے ہے جو جوانی کی غلط کاریوں سے تباہ ہو چکے ہیں، رگوں اور پٹھوں کی جملہ خرابیوں اور کجی کو زائل کر کے پوری قوت پہونچاتا ہے، نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ اس کے لئے موسم اور وقت کی کوئی قید نہیں۔ ہر موسم اور ہر وقت استعمال کر سکتے ہیں۔ خوبی یہ ہے کہ صرف نیم گرم مالش کی جاتی ہے نیز نہ	طلاء نوجوان

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
طلائے عجوبہ	باندھنے کا جنجال ہے اور نہ کپڑے خراب ہونے کا احتمال۔ کوئی دوا اس میں ناپاک اور بدبودار نہیں دوسری خوبی اس کی یہ ہے کہ کسی جگہ درد ہو اس طلاء کی چند روزہ مالش سے کافور ہوجاتا ہے مجلوقین کے لئے اس کا استعمال کم از کم ایک ماہ اور زیادہ سے زیادہ تین ماہ تک کافی ہوتا ہے، اگر کامل فائدہ اٹھانا ہو تو اس عجیب و غریب طلاء کا استعمال کریں، نہایت مفید نتائج کا حامل ہے۔ **ترکیب استعمال**: اس کو نیم گرم کرکے تمام عضو پر خوب مالش کریں ٹھنڈے پانی سے حتی الامکان اور مجامعت سے قطعی پرہیز کریں۔	فی شیشی عگ
طلائے اعجاز	وہ تمام خرابیاں جو بے ہودہ افعال سے اکثر نوجوانوں کو لاحق ہو جاتی ہیں اور وہ شرم کے مارے اس کا اظہار نہیں کرتے اور رفتہ رفتہ لطف زندگی کھو کر بصد حسرت کف افسوس ملتے ہوئے راہی عدم ہو جاتے ہیں، ان کے لئے یہ طلاء واقعی اعجاز اثر ہے اور اس کے استعمال سے قوت رفتہ رفتہ عود کر آتی ہے، اعصاب میں توانائی پیدا کرتا ہے آلہ اور سوزش سے بالکل مبرا ہے۔ ہر موسم اور ہر مذہب کے لوگ استعمال کرسکتے ہیں۔ **ترکیب استعمال**: رات کو ۴ رتی گرم کرکے سر اور سیون چھوڑ کر مالش کریں۔ اوپر سے پان گرم کرکے باندھیں، ٹھنڈے پانی اور جماع سے پرہیز کریں۔	فی شیشی عگ
عرق چوب چینی مصفی خاص	اعلیٰ درجے کا خون کو صاف کردینے والا عرق ہے، پھوڑے پھنسیوں کو اور خون کی ہر خرابی کو دور کرتا ہے، چہرے کا رنگ نکھارتا ہے، قوت باہ کے لئے مفید ہے، عقل و حواس کو تقویت دیتا ہے معدہ کو قوت دیتا ہے، ہضم طعام میں اعانت کرتا ہے، مفرح قلب ہے اور طبیعت کو شگفتہ رکھتا ہے۔ **ترکیب استعمال**، ۵ تولے یہ عرق دن کو کھانا کھانے کے ایک گھنٹہ بعد پی لیں: ایک دم نہ پئیں بلکہ تھوڑا تھوڑا نہ پئیں۔	فی بوتل سیے

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
عرق فولاد	نہایت ہاضم، مقوی اعصاب اور مقوی معدہ ہے، عمدہ خون پیدا کرکے چہرے کا رنگ نکھارتا ہے، بواسیر خونی و بادی کے لئے خاص طور پر مفید ہے۔ معدہ اور جگر کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرتا ہے، جگر کی سختی کو زائل کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: صبح ۵ تولے عرق میں ایک تولے مصری ملا کر پئیں۔	فی بوتل صہ/
عرق روح افزا	دل، دماغ اور جگر کو نہایت قوت بخشتا ہے۔ معدے کی ہر قسم کی خرابی کی اصلاح کرتا ہے، ہاضمے کو بے حد قوی کرتا ہے، اعلیٰ درجہ کا مشتہی ہے۔ غذا کو جزو بدن بناتا اور خون صالح کثرت سے پیدا کرکے چہرے کو خوش رنگ بناتا ہے۔ سستی و کاہلی کو دور کرکے طبیعت میں بشاشت اور شگفتگی اور جسم میں چستی و تازگی پیدا کرتا ہے۔ ہر قسم کے ضعف کو خواہ کسی وجہ سے ہو دفع کرتا ہے۔ اور گئی ہوئی طاقت کو واپس لاتا ہے، محرک باہ ہے، سالہاسال تجربہ کیا ہے ہمیشہ تیر بہدف ثابت ہوا ہے، قریب قریب ہر مزاج پر یکساں فائدہ دکھاتا ہے۔ بلا قید موسم استعمال کیا جاتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۴ تولے عرق میں ۹ ماشے مصری ملا کر صبح یا سہ پہر کے وقت استعمال کریں۔ ترشی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز۔	فی بوتل سے/
عرق ہرا بھرا	دق نہایت خوفناک اور بدترین مرض ہے مریض کی جان لے کر ہی پیچھا چھوڑتا ہے۔ جب یہ بیماری مریض پر پورا قبضہ کرلے، تو آرام ہونا مشکل ہو جاتا ہے، اس لئے بہت جلد ایسے مریض کی خبرگیری کرنی چاہیے۔ مرض کے ترقی کرنے سے قبل اس کا علاج کرنا چاہیے۔ عرق ہرا بھرا جو نہایت محنت اور جستجو سے تیار کیا ہے خدا کے فضل و کرم سے دق کے مریض کو ہرا بھرا و شاداب بنا دیتا ہے، مسکن ہے، جگر اور پھیپھڑوں کو قوت پہنچاتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۱۰ تولے یہ عرق، شربت اعجاز یا شربت بنفشہ	فی بوتل عہ/

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
	۲ تولے، یا اور مناسب ادویہ کے ساتھ پلائیں، لال مرچ اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔	
عرق عنبر	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، غشی کو دور کرتا ہے، اور زائل شدہ قوت کو جلد واپس لے آتا ہے، بواسیر کے خون کی کثرت سے جو ضعف پیدا ہو جاتا ہے اس کو دور کرتا ہے، باہ کو قوت دیتا ہے، فوری اثر دکھاتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۵ تولے یہ عرق ایک تولے شربت انار شیریں میں ملا کر یا دوسری مناسب ادویہ کے ساتھ استعمال کریں ترشی اور بادی سے پرہیز۔	فی بوتل ۱۲؍
فولاد سیال	ضعفِ معدہ و جگر کے لیے خاص چیز ہے۔ بیماری کے بعد جو نقاہت پیدا ہو جاتی ہے اس کو بہت جلد زائل کرتا ہے جسم میں از سر نو تازگی و قوت پیدا کرتا ہے کمی خون اور خرابی خون (اینیما) وغیرہ امراض میں اس کے فوائد حیرت انگیز ہیں۔ خون کے سرخ دانوں کی تعداد میں اضافہ کرتا ہے اور ان میں سرخیٔ خون (ہیموگلوبین) کی مقدار کو زیادہ کرتا ہے۔ ترکیب استعمال: کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت پانچ پانچ قطرے پانی میں ملا کر پئیں۔	فی تولہ ۴؍
قرص ملین	یہ دوا قبض کے لئے نہایت مفید ہے، معدے اور آنتوں کو فضلات سے پاک کرتی ہے، آنتوں کی قوت دافعہ کو قوی کرتی ہے، قبض کی وجہ سے جو امراض پیدا ہو جاتے ہیں مثلاً درد سر، درد گوش، آشوب چشم وغیرہ کو زائل کرتی ہے۔ یہ ایک نہایت بے ضرر اور ہلکی قبض کشا چیز ہے ترکیب استعمال: ۲ یا ۳ قرص رات کو سوتے وقت نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ بادی اور ثقیل اشیا سے پرہیز کریں۔	فی درجن ۳؍
قرص صفرا	یہ دوا تبخیر کے لئے بے حد مفید ثابت ہوئی ہے، معدے اور جگر کی زائد حرارت کو اعتدال پر لاتی ہے، صفرے کی زیادتی کو دفع کرتی ہے، دائمی نزلہ اور دردسر کی شکایت اس کے استعمال سے چند روز	فی شیشی ۸۰ قرص ۱۲؍

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
فی شیشی ۴۰ قرص ؏	میں رفع ہوجاتی ہے۔ غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے خفقان قلب کو نافع ہے، مقوی دماغ و جگر ہے۔ ترکیب استعمال: دو دو قرص کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت پانی کے ساتھ استعمال کریں گرم ثقیل اور بادی اشیاء سے پرہیز۔	قرص اکسیر
فی شیشی ایکماشہ ۴/	جریان کے لئے نہایت مفید ہے، مادہ تولید کو بڑھاتا اور غلیظ کرتا ہے قوت مردمی کی حفاظت کرتا ہے۔ جگر کو قوت پہونچاتا ہے دل اور دماغ کے لئے نافع ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ کشتہ معجون آردخرما ایک تولے یا مکھن ایک تولے میں ملاکر کھائیں۔	کشتہ قلعی
فی تولہ لعہ فی ماشہ ؎	سونے کا ایک خاص کشتہ ہے۔ یہ ارواح اور حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے۔ تمام اعضائے رئیسہ کو قوت بخشتا ہے، اور جسم میں جس قدر قوتیں ہیں سب کو فائدہ پہونچاتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے اور غذاؤں کو جزو بدن بناتا ہے۔ چندہی روز میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ کشتہ دواءالمسک معتدل جواہروالی یا لبوب کبیرہ ماشے، یا مکھن ایک تولے میں ملاکر استعمال کریں۔ ترشی سے پرہیز کریں۔	کشتہ طلا جدید
فی تولہ ؏ ۱۵ خوراک تکیہ ۹ ؍	جگر کو قوت دیتا ہے۔ کھانسی کے لئے نافع ہے اس جریان کو جو مثانہ کی حرارت سے ہو، مفید ہے۔ پیشاب کی زیادتی کو روکتا ہے مفرح قلب ہے۔ ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ کشتہ جوارش زرعونی عنبری یہ نسخہ کلاں ۵ ماشے، یا جوارش زرعونی سادہ کے ہمراہ استعمال کیا جائے۔ گرم اشیاء سے پرہیز۔	کشتہ زمرد
فی تولہ مالا لعسہ	اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، ارواح و حرارت عزیزی کی حفاظت کرتا ہے، جسمانی قوتوں کو قائم رکھتا ہے، باہ کو برانگیختہ کرتا ہے اعلیٰ درجہ کا مقوی دماغ اور ہاضم ہے ترکیب استعمال: ۲ چاول یہ کشتہ لبوب کبیرہ ماشے، یا خمیرہ	کشتہ طلا کلاں

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
کشتہ طلاء کلاں	گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے، یا دوا ء المسک جواہر والی ۵ ماشے، یا معجون جالی نوس لولوی ۴ ماشے، یا مکھن ۲ تولے کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ بادی اور ترش اشیائے سے پرہیز۔ مرغن غذا دودھ مکھن وغیرہ کا استعمال مفید ہوگا۔ (نوٹ) اس سے قبل اس کشتہ میں سونے کے ذرات قائم ونمودار رہتے تھے جس کی وجہ سے اکثر طبیب اور وید صاحبان کا یہ اعتراض تھا کہ یہ کشتہ نہیں ہے۔ کشتہ وہ ہے جو خاک ہو جائے۔ اس لئے اب ہم نے اس کو دوسری ترکیب سے تیار کیا ہے جو نہایت عمدہ اور بالکل غبار ہو گیا ہے اور فوائد میں پہلے سے زیادہ مفید ثابت ہوا ہے۔	فی ماشہ عـ۵ ٹکیاں ۱۵ خوراک ـــــہ
کشتہ فولاد	معدے وجگر کے لئے بہت مفید ہے، بلغم تحلیل کرتا ہے، اور خون کی اصلاح کرتا ہے، ضعف معدہ کو زائل کرکے چہرے پر رونق لاتا ہے۔ **ترکیب استعمال** ۲ چاول یہ کشتہ جوارش بسباسہ، ماشے یا جوارش جالی نوس ، ماشے، یا دوا ء المسک معتدل جواہر والی ۱ ماشے میں ملا کر استعمال کریں۔	فی تولہ ـــــہ ۱۵ خوراک ٹکیہ ۶ر
کشتہ قلعی	جریان کے لئے بہت ثابت ہوا ہے۔ سرعت، رقت، کثرت احتلام، کو رفع کرتا ہے، اس کے علاوہ معدے و باہ کو قوت دیتا ہے۔ **ترکیب استعمال**: ۲ چاول یہ کشتہ لبوب کبیر ۵ ماشے یا معجون آرد خرما ایک تولے کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔ ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز کرنا چاہئے۔	فی تولہ عـہ
کشتہ مرجان جواہر والا	تقویۃ دماغ وجگر کے لئے بہت مفید ہے۔ کمزوری دماغ کی وجہ سے نزلہ وزکام اور کھانسی و دردسر وغیرہ کی جو شکایات پیدا ہو جاتی ہیں ان سب کے واسطے نہایت مفید ومجرب ہے۔ **ترکیب استعمال**: ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والے میں ملا کر استعمال کیا جاتا ہے۔	فی تولہ عـ۵ ۱۵ خوراک ٹکیہ ۸

نام دوا	خواص اور ترکیب استعمال	قیمت
کشتہ زہر مہرہ	دل کو قوت دیتا ہے اور کھانسی کے لئے مفید ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۷ ماشے، یا خمیرہ گاؤزبان سادہ ایک تولے میں ملاکر استعمال کریں۔	فی تولہ عہ
کشتہ زمرد	معدے کو قوت دیتا ہے، اور جگر کے لئے بہت مفید ہے۔ اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۲ چاول یہ کشتہ جوارش لبساسہ ۷ ماشے، یا جوارش جالی نوس ۷ ماشے میں ملاکر استعمال کریں۔	فی تولہ عـــہ
کشتہ مروارید	عورتوں اور مردوں دونوں کے جریان کے لئے بہت مفید ہے اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے، علی الخصوص قلب کو فرحت دیتا ہے حرارت غریزی کی حفاظت کرتا ہے، عورتوں کے سیلان رطوبت کو روکتا ہے **ترکیب استعمال:** ۲ چاول یہ کشتہ خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۵ ماشے یا مفرح بارد ۵ ماشے میں ملاکر استعمال کریں، ترش اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔	فی تولہ سے ٹکیاں ۱۵ خوراک عہ
کشتہ ہڑتال	فالج، لقوہ، کھانسی، دمہ، اور جذر وغیرہ امراض کو رفع کرتا ہے، اور ضیق النفس کے درد کو جلد روک دیتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۲ چاول یہ کشتہ ایک تولے شہد میں ملاکر رات کو سوتے وقت استعمال کریں ترش اور ثقیل چیزیں نہ کھائیں۔	فی تولہ عاہ
کشتہ نقرہ	جگر، معدے اور دماغ کی کمزوری کو زائل کرتا ہے، مثانے کو قوت دیتا ہے، غذا کو خوب ہضم کرتا ہے، باہ کو برانگیختہ کرتا ہے، جسم کو فربہ اور چست کرتا ہے۔ **ترکیب استعمال:** ۲ چاول یہ کشتہ دواء المسک ۳ ماشے، یا خمیرہ گاؤزبان جواہر والا ۷ ماشے، یا نوشدارو ۷ ماشے، یا لبوب کبیر ۷ ماشے یا مکھن ایک تولے میں ملاکر استعمال کریں۔	فی تولہ لعہ
مقوی خاص	یہ لبوب نہایت بیش قیمت ادویہ کا ایک نہایت نفیس مرکب ہے، قوت باہ اور اعضائے رئیسہ و شریفہ کو قوت پہونچاتا ہے، مادۂ منویہ کو غلیظ کرتا ہے اور اس کی پیدائش کو زیادہ کرتا ہے، نہایت بے ضرر چیز ہے آپ اس کو ہر موسم	فی [illegible] [illegible]

قیمت	خواص اور ترکیب استعمال	نام دوا
	میں بطور ایک مقوی دوا کے استعمال کر سکتے ہیں۔ پرچہ ترکیب ہمراہ۔	
فی تولہ ۴ ر	قوت باہ کو ترقی دینے میں عجیب چیز ہے، اعصاب کو مضبوط کرتا ہے، رنگ نکھارتا ہے، دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے، گردوں کو قوی کرتا ہے، مادۂ تولید کو کثرت سے پیدا کرتا ہے، کمزوری کو زائل کرتا ہے، قوت بڑھانے میں عجیب الفعل ہے، ایسی چیز ہے کہ لوگ بار بار منگاتے ہیں۔ ترکیب استعمال ۵ ماشے سے ۷ ماشے تک یہ دوا کشتہ قلعی ۲ چاول یا کشتہ طلا ۲۰ برنج کے ساتھ استعمال کی جائے، اور اگر عرق ماءاللحم بہ نسخۂ خاص دو آتشہ ۵ تولہ اوپر سے پی لیا جائے تو اور زیادہ مناسب ہوگا۔ دودھ کے ساتھ یا صرف یوں بھی استعمال کر سکتے ہیں۔	معجون سپرمیم
فی شیشی ۲۰ یوم صہ ر	یہ معجون ہمدرد دواخانے کی مایہ ناز دواؤں میں سے ہے۔ قوت مردی کے لئے اس کے خواص تریاق سے کم نہیں ہیں۔ یہ بات بلاخوف مبالغہ کہی جا سکتی ہے کہ ہزاروں مایوس و ناکام مریض اس معجون کے مسیحائی اثر سے شفایاب ہو گئے ہیں۔ ترکیب استعمال۔ تین ماشے یہ معجون صبح یا رات کو سوتے وقت پاؤ سیر دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔	معجون شباب
فی تولہ ۴ ر	سرعت اور رقت کو دور کرتی ہے، باہ کو قوت دیتی ہے، مادۂ تولید کی خرابی کی اصلاح کرتی ہے، جریان کو روکتی ہے، یہ معجون کسی قدر قبض بھی کرتی تھی، مگر اب اس میں ایسے اجزا شامل کئے گئے ہیں جو قبض نہیں ہونے دیتے۔ ترکیب استعمال ایک تولے یہ معجون کشتہ قلعی ۲ چاول میں ملا کر استعمال کریں۔ ترش و بادی اشیا سے پرہیز۔	[illegible]
فی سیر ۱۲ ر فی تولہ ۴ ر	باہ کو قوت دیتی ہے، اعصاب میں صلابت پیدا کرتی ہے اور خشکی کو زائل کرتی ہے، جریان اور رقت کو کھو دیتی ہے۔ عمدہ اور مؤثر چیز ہے۔ ترکیب استعمال ۷ ماشے یہ معجون عرق ماءاللحم عنبری بہ نسخۂ خاص ۵ تولے یا عرق گذر ۷ تولے، شربت انار ۲ تولے یا صرف معجون گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ ترشی و بادی سے پرہیز۔	معجون آرد خرما

عرق ماء اللحم بہ نسخہ خاص دو آتشہ
زندگی جیسی پیاری اور عزیز ہے وہ ظاہر ہے لیکن تندرستی بھی ایک ایسی نعمت ہے کہ بجز اس کے زندگی
بے لطف اور بے کار ہے یہ امر تو مسلم ہے کہ ماء اللحم نہایت مقوی ارواح اور دل و دماغ اور معدہ اور
تمام اعضائے رئیسہ کو طاقت پہونچانا، قوت باہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھنا، بدن میں چستی اور توانائی پیدا
کرنا، غذا کا جلد ہضم کرنا گئی ہوئی طاقت میں از سر نو جان ڈالنا، رنگ نکھارنا اس کے خاص فوائد ہیں۔
مگر ہمارا یہ ماء اللحم خصوصیت کے ساتھ بوڑھوں کو جوان اور جوانوں کو نوجوان بناتا ہے۔ اس لئے کہ
نہایت نادر اور بیش قیمت و فرحت بخش اجزا سے بطرز خاص تیار کیا جاتا ہے اس کا نسخہ بھی کتابی
اور معمولی نہیں ہے بلکہ عالی جناب حاجی حکیم اجمل خان صاحب مرحوم کا خاص خاندانی نسخہ ہے جسے
جناب ممدوح نے بغرض رفاہ عام ہمدم دواخانہ دہلی کو عنایت فرمایا ہے اس کا استعمال فرما کر خدا
کی قدرت کا مشاہدہ کیجئے۔ فائدہ تو تین ہی دن کے بعد معلوم ہوتا ہے مگر معتدبہ اور پورا فائدہ ایک چلہ
میں ہوتا ہے۔ ترکیب استعمال ۵ تولہ عرق ایک تولہ مصری یا ایک پاؤ دودھ ۲ تولہ مصری یا ۲ تولہ
شربت انار میں ملا کر دیجئے۔ قیمت بہت کم یعنی بڑی ایک بوتل کی صرف پانچ روپے (صہ) +
ممسک اعلیٰ
تبسم کے بجائے منہ بسورنا کیسا؟ کیا وہ کوئی بے ہودہ حرکت تھی یا دیوانگی کا آغاز تھا؟ آخر بات کیا تھی؟
یہ غائبانہ تخاطب یہیں تک ہونے پایا تھا کہ اس شعر نے پوری حقیقت کو بے نقاب کر کے سارا خلجان
مٹا دیا۔ ہم تو سمجھے تھے کہ عورت کی حماقت ہوگی۔ اب جو پوچھا تو ترے عیب کا رونا نکلا ——
بہر حال سرعت انزال کا سبب جریان وغیرہ ہو تو اس کا باقاعدہ علاج ہونا چاہئے۔ باقاعدہ علاج
ہونے پر جب مکمل کامیابی نصیب ہو جائے گی تو اس وقت نہ کسی ممسک کی ضرورت پڑے گی اور نہ کسی
دوائے لذت کی۔ البتہ اس سے پہلے کبھی کبھی ممسک اعلیٰ کا استعمال امید ہے کہ طرف ثانی کی تسکین
کے لئے کافی ضمانت ثابت ہوگا۔ پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ۔ قیمت فی شیشی ۱۲ خوراک صرف دو روپیہ
ہمدم دواخانہ یونانی پوسٹ بکس نمبر (۷) دہلی